This is a digital copy of a book that was preserved for generations on library shelves before it was carefully scanned by Google as part of a project to make the world's books discoverable online.

It has survived long enough for the copyright to expire and the book to enter the public domain. A public domain book is one that was never subject to copyright or whose legal copyright term has expired. Whether a book is in the public domain may vary country to country. Public domain books are our gateways to the past, representing a wealth of history, culture and knowledge that's often difficult to discover.

Marks, notations and other marginalia present in the original volume will appear in this file - a reminder of this book's long journey from the publisher to a library and finally to you.

Usage guidelines

Google is proud to partner with libraries to digitize public domain materials and make them widely accessible. Public domain books belong to the public and we are merely their custodians. Nevertheless, this work is expensive, so in order to keep providing this resource, we have taken steps to prevent abuse by commercial parties, including placing technical restrictions on automated querying.

We also ask that you:

+ *Make non-commercial use of the files* We designed Google Book Search for use by individuals, and we request that you use these files for personal, non-commercial purposes.

+ *Refrain from automated querying* Do not send automated queries of any sort to Google's system: If you are conducting research on machine translation, optical character recognition or other areas where access to a large amount of text is helpful, please contact us. We encourage the use of public domain materials for these purposes and may be able to help.

+ *Maintain attribution* The Google "watermark" you see on each file is essential for informing people about this project and helping them find additional materials through Google Book Search. Please do not remove it.

+ *Keep it legal* Whatever your use, remember that you are responsible for ensuring that what you are doing is legal. Do not assume that just because we believe a book is in the public domain for users in the United States, that the work is also in the public domain for users in other countries. Whether a book is still in copyright varies from country to country, and we can't offer guidance on whether any specific use of any specific book is allowed. Please do not assume that a book's appearance in Google Book Search means it can be used in any manner anywhere in the world. Copyright infringement liability can be quite severe.

About Google Book Search

Google's mission is to organize the world's information and to make it universally accessible and useful. Google Book Search helps readers discover the world's books while helping authors and publishers reach new audiences. You can search through the full text of this book on the web at `http://books.google.com/`

Acerca de este libro

Esta es una copia digital de un libro que, durante generaciones, se ha conservado en las estanterías de una biblioteca, hasta que Google ha decidido escanearlo como parte de un proyecto que pretende que sea posible descubrir en línea libros de todo el mundo.

Ha sobrevivido tantos años como para que los derechos de autor hayan expirado y el libro pase a ser de dominio público. El que un libro sea de dominio público significa que nunca ha estado protegido por derechos de autor, o bien que el período legal de estos derechos ya ha expirado. Es posible que una misma obra sea de dominio público en unos países y, sin embargo, no lo sea en otros. Los libros de dominio público son nuestras puertas hacia el pasado, suponen un patrimonio histórico, cultural y de conocimientos que, a menudo, resulta difícil de descubrir.

Todas las anotaciones, marcas y otras señales en los márgenes que estén presentes en el volumen original aparecerán también en este archivo como testimonio del largo viaje que el libro ha recorrido desde el editor hasta la biblioteca y, finalmente, hasta usted.

Normas de uso

Google se enorgullece de poder colaborar con distintas bibliotecas para digitalizar los materiales de dominio público a fin de hacerlos accesibles a todo el mundo. Los libros de dominio público son patrimonio de todos, nosotros somos sus humildes guardianes. No obstante, se trata de un trabajo caro. Por este motivo, y para poder ofrecer este recurso, hemos tomado medidas para evitar que se produzca un abuso por parte de terceros con fines comerciales, y hemos incluido restricciones técnicas sobre las solicitudes automatizadas.

Asimismo, le pedimos que:

+ *Haga un uso exclusivamente no comercial de estos archivos* Hemos diseñado la Búsqueda de libros de Google para el uso de particulares; como tal, le pedimos que utilice estos archivos con fines personales, y no comerciales.

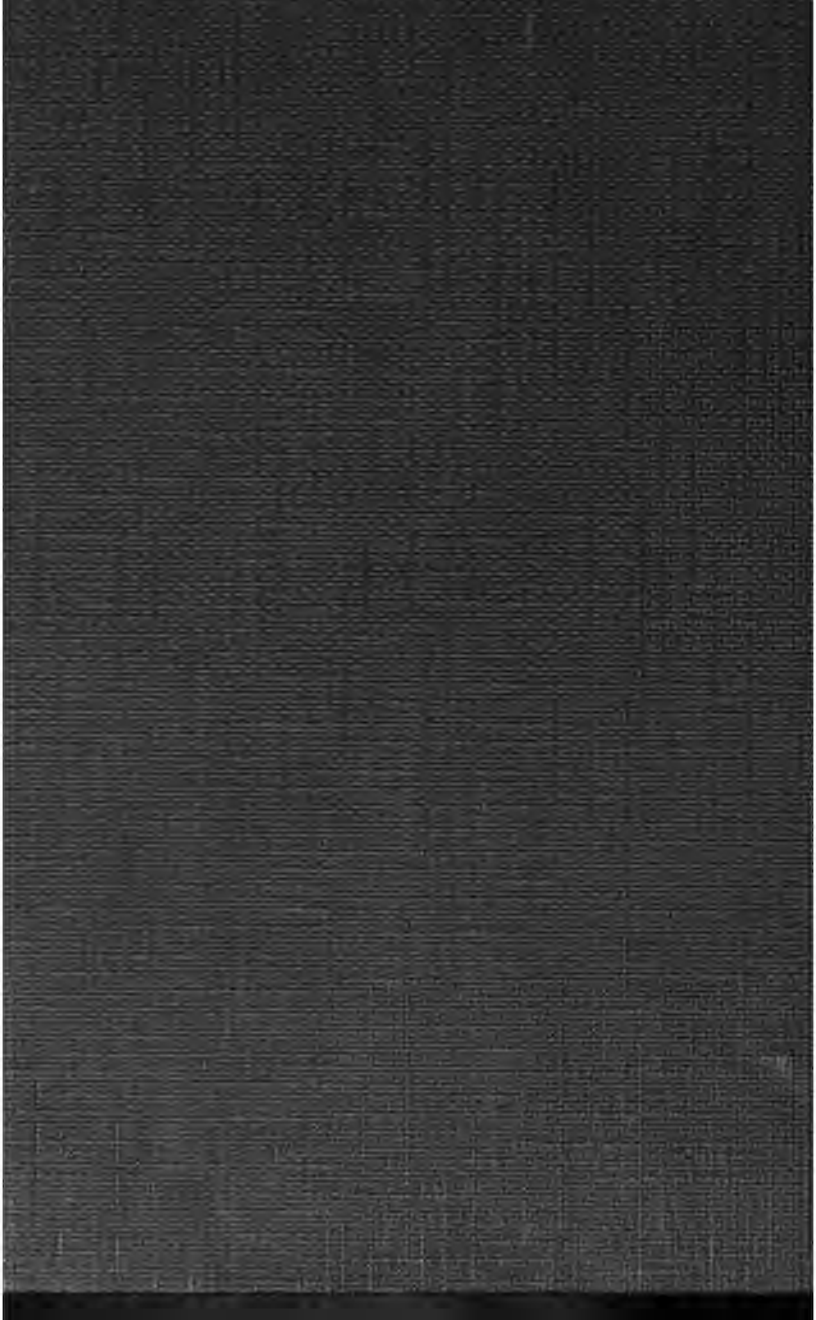
+ *No envíe solicitudes automatizadas* Por favor, no envíe solicitudes automatizadas de ningún tipo al sistema de Google. Si está llevando a cabo una investigación sobre traducción automática, reconocimiento óptico de caracteres u otros campos para los que resulte útil disfrutar de acceso a una gran cantidad de texto, por favor, envíenos un mensaje. Fomentamos el uso de materiales de dominio público con estos propósitos y seguro que podremos ayudarle.

+ *Conserve la atribución* La filigrana de Google que verá en todos los archivos es fundamental para informar a los usuarios sobre este proyecto y ayudarles a encontrar materiales adicionales en la Búsqueda de libros de Google. Por favor, no la elimine.

+ *Manténgase siempre dentro de la legalidad* Sea cual sea el uso que haga de estos materiales, recuerde que es responsable de asegurarse de que todo lo que hace es legal. No dé por sentado que, por el hecho de que una obra se considere de dominio público para los usuarios de los Estados Unidos, lo será también para los usuarios de otros países. La legislación sobre derechos de autor varía de un país a otro, y no podemos facilitar información sobre si está permitido un uso específico de algún libro. Por favor, no suponga que la aparición de un libro en nuestro programa significa que se puede utilizar de igual manera en todo el mundo. La responsabilidad ante la infracción de los derechos de autor puede ser muy grave.

Acerca de la Búsqueda de libros de Google

El objetivo de Google consiste en organizar información procedente de todo el mundo y hacerla accesible y útil de forma universal. El programa de Búsqueda de libros de Google ayuda a los lectores a descubrir los libros de todo el mundo a la vez que ayuda a autores y editores a llegar a nuevas audiencias. Podrá realizar búsquedas en el texto completo de este libro en la web, en la página `http://books.google.com`



BIBLIOTECA CENTRAL
DE LA
DIPUTACIÓN PROVINCIAL
DE

UIG

MISIÓN LÓPEZ

SEBASTIÁN KNEIPP

MI CURA DE AGUA

TERCERA PARTE

Enfermedades

VERSIÓN CASTELLANA

AUMENTADA CON UN APENDICE DE NUEVOS CASOS Y NUEVOS TRATAMIENTOS

1892

ADMINISTRACIÓN: CALLE DE EGUÍLAZ, NÚM. 8.

MADRID

MI CURA DE AGUA

Laváos siete veces en el Jordán y curaréis vuestro cuerpo y recobrará su pureza.

(IV, Reg., V, 10.)

OBRAS DEL MISMO AUTOR

MI CURA DE AGUA

PRIMERA Y SEGUNDA PARTES

APLICACIONES DEL AGUA

FARMACIA-REMEDIOS

Versión castellana con una carta-prólogo de

D. FRANCISCO SERRANO DE LA PEDROSA

LICENCIADO EN MEDICINA

Edición López, profusamente ilustrada.—Un elegante volumen en 8.°, 3 pesetas.

MI CURA DE AGUA

TERCERA PARTE

ENFERMEDADES

Versión castellana de **D. Francisco Serrano de la Pedrosa,** licenciado en Medicina.—Edición López, aumentada con un APÉNDICE de nuevos casos prácticos observados y experimentados por el Autor.—Un tomo en 8.°, 3 pesetas.

VIVID ASÍ

Avisos y consejos prácticos para vivir en buena salud y curarse todas las enfermedades.

VERSIÓN CASTELLANA

SEBASTIÁN KNEIPP

MI CURA DE AGUA

ó

HIGIENE Y MEDICINA PARA LA CURACIÓN DE LAS ENFERMEDADES Y LA CONSERVACION DE LA SALUD

TERCERA PARTE

ENFERMEDADES

Versión castellana

DE

D. FRANCISCO SERRANO DE LA PEDROSA

EDICIÓN AUMENTADA
CON UN APÉNDICE DE NUEVOS CASOS PRÁCTICOS
OBSERVADOS POR EL AUTOR

BIBLIOTECA CENTRAL

MADRID: 1892
LÓPEZ Y COMPAÑIA, EDITORES
8, Eguílaz, 8

R. 275.332

Es propiedad de los editores,
López y Compañía.
Queda hecho el depósito que previene la ley.

IMPRENTA DE E. RUBIÑOS, PLAZA DE LA PAJA, 7, DUP.º

Sebastián Kneipp

TERCERA PARTE

ENFERMEDADES

NOCIONES PRELIMIN RES

Los casos de enfermedad que voy á enumerar nada tienen de imaginarios; son hechos reales y positivos, observados en la práctica, y respondo de su autenticidad, así como de la exactitud de los nombres en esta parte citados; pudiendo decir lo mismo de las personas solamente aludidas, que no desean la notoriedad, sino servir de enseñanza á sus semejantes.

No se me oculta que esta tercera parte de mi trabajo es harto deficiente, y que está muy lejos de comprender todas las enfermedades. La falta de tiempo ha sido en parte la causa de esta deficiencia, que, por lo demás, no he tenido gran empeño en remediar. Teniendo en cuenta las condiciones de mis lectores, no he querido hacer una nomenclatura seca y árida de las diversas enfermedades y de sus remedios: he preferido describir los casos morbosos en estilo familiar, de modo que cada caso concreto diese á conocer los síntomas de la enfermedad y la más acertada elección de las aplicaciones hidroterápicas.

El jardinero no toma, para hacer un ramo, de todas las clases de flores, ni tampoco toma la misma

cantidad de aquéllas que utiliza: tampoco yo me he fijado, entre las enfermedades, sino en las que padecemos con más frecuencia, y aun de éstas me he limitado á citar los casos que me parecían más instructivos. Si no lo he logrado, esa por lo menos ha sido mi intención. En fin de cuentas, tengo la seguridad de que si tenéis el espíritu libre de preocupaciones, acabaréis por encontrar entre los granos de arena algunos de oro.

Ya en el prólogo de esta obra he excusado mi manera de escribir, y de nuevo advierto al lector que, sacrificándolo todo á la claridad, incurro en más de una repetición, al hablar de los procedimientos curativos; para los cuales, sin embargo, no estará demás consultar la primera parte.

Amigo lector: cada enfermedad es una cruz: tarde ó temprano todos cargamos con una, y quizás para llevarla á cuestas largo tiempo. Esto no obsta que busquemos en el remedio un Cirineo. Ya el profeta Eliseo, queriendo curar de la lepra al general sirio Naamán, le dice: «Id y laváos siete veces en el Jordán, y se curará vuestra carne y quedará purificada.»

¡Bendecid, Señor, mi buena intención, mi propósito de aliviar, en la medida de mis fuerzas, la carga, á veces tan pesada, que soportan los enfermos!

I

ENFERMEDADES DE LOS HUESOS

Las enfermedades de los huesos de que vamos á ocuparnos, son: la *caries*, la *exóstosis*, la *lesión de la columna vertebral*, y la *raquitis*.

1. Caries de los huesos.

Un individuo de la aristocracia enfermó del dedo gordo de un pie, y creyendo que se trataba de algún vicio de crecimiento de la uña, no dió gran importancia á la enfermedad. Sin embargo, el dedo se inflamó y se hizo necesario llamar al médico, que prescribió varios remedios en el transcurso de algunas semanas, sin que el aumento de la inflamación, que llegó á impedir la locomoción y aun el estar en pie, le hiciese sospechar que había sido atacado el hueso. Tampoco lo sospechaba el paciente, hasta que un día vió desprenderse dos pedacitos de hueso. Entonces penetró en el enfermo la desconfianza, no sólo respecto del mal, sino también de cuantas personas habían mirado como cosa de poca monta el padecimiento. Este sujeto me conocía, y vino á pedirme que le asistiera, cuando ya se había declarado la caries. Preparé en seguida un cocimiento de cola de caballo silvestre y envolví toda

la parte inflamada en lienzos empapados en él. Al poco tiempo, la tumefacción y la caries, aún recientes, habían desaparecido; se cerró la herida, y el miembro, completamente curado, volvió á prestar servicio como antes.

De nuevo apareció el terrible mal al cabo de un año; esta vez en el dedo gordo del otro pie. El médico le operó y cauterizó la incisión. Mientras duró el tratamiento, el enfermo sentía en el otro pie un dolor continuo, análogo al que había sufrido antes del primer ataque. La curación adelantó rápidamente, hasta ser completa, aunque el dedo operado quedaba de la mitad del volumen y un poco más rojo que el otro. El personaje en cuestión, preocupado enteramente con sus asuntos, volvió á andar y á trabajar, que era todo lo que necesitaba. En cuanto á consultarme, no se pensó en ello, como hombre de quien había escuchado la verdad, expresada con entera franqueza. No me ofendí por eso: en una consulta me hubiera visto obligado á decir que la enfermedad, aunque alejada temporalmente, no estaba curada: tarde ó temprano debía reaparecer la caries. Y no me engañé; la caries reapareció. ¿Cómo se debía tratar? Necesariamente había que tratar ambos pies al mismo tiempo, y era preciso insistir, hasta que hubieran desaparecido la última mancha de color rojo que inspirara sospechas, y la última huella del dolor.

Consistía el tratamiento en fajas, empapadas en cocimiento de paja de avena, aplicadas á los pies muchas veces al día, y envolviendo con ellas algo más que las partes doloridas. Así se consiguió en poco tiempo una curación completa y positiva.

Si se busca la causa de que la caries se presentara en este sujeto en los pies, en vez de presentarse, por ejemplo, en las manos ó en los brazos, se encuentra pronto en la gran debilidad de las extremidades inferiores que el individuo había experimentado en otro tiempo á consecuencia de una enfermedad grave. Es posible que en los pies quedase algún elemento morboso y virulento. El caso es que los pies de aquel convaleciente, á consecuencia de su pesada carga (sufren constantemente el peso del cuerpo, que en muchas personas es demasiado), no se habían restablecido; y, siendo la parte más débil, sucumbieron facilmente á los ataques del mal.

Como aún vive el sujeto, vuelvo á aconsejarle que se mantenga siempre en guardia, y al menor síntoma de la reaparición de la caries, haga uso de compresas empapadas en cocimiento de cola de caballo ó de paja de avena. *Sero venientibus ossa.* Hablo á un latinista, y estoy seguro de que me comprenderá. No os preocupéis, los que no conocéis el latín, del por qué no lo traduzco en esta ocasión.

No menciono otros casos de caries, porque se refieren á jóvenes en los cuales la curación es fácil y rápida.

2. Exóstosis.

Con frecuencia se observan en la superficie de los huesos ciertos tumores duros, que hacen creer á veces en un desarrollo anormal del hueso mismo; con preferencia en el maxilar inferior, en el tobillo, en la rodilla, etc. Esta afección no carece de gravedad; es febril en la mayoría de los casos, y no desaparece en menos de dos ó tres semanas. Su tratamiento

debe ser rápido, enérgico y prudente. La negligencia puede engendrar la caries y comprometer, ó acaso imposibilitar, la curación.

Los remedios más eficaces consisten en compresas aplicadas á la hinchazón, y renovadas dos, tres ó cuatro veces. Las que mejor resultado dan, son las empapadas en un cocimiento de flores de heno ó de paja de avena, y como sucedáneos los emplastos de alholva cocida.

Para el exóstosis del tobillo es bueno el fajamiento inferior y la media faja; para el de la rodilla, el fajamiento de toda la pierna. Basta una aplicación diaria.

3. Columna vertebral.

Un alto empleado de ferrocarriles había sufrido la dislocación de una vértebra del raquis, y, según lo que decían los médicos, la lesión de la medula espinal le causaba dolores verdaderamente intolerables. Si los dolores físicos eran muy grandes, los estragos causados en la parte moral eran aún mayores. Consultó, sin resultado, á los médicos mejores de la capital. El más célebre de entre ellos le dijo que no había que esperar la curación, y que con el tiempo se presentaría la tisis.

En este estado buscó su salvación en las aplicaciones de agua, y se encontró restablecido en seis semanas. Hace veinte años de esto, y su salud no se ha resentido; y no hay para qué añadir que con los dolores físicos desaparecieron los padecimientos morales.

No sé á punto fijo qué aplicaciones de agua se hicieron en este caso; pero si el lector se encuentra

alguna vez en él, le aconsejo la cura siguiente: ponerse tres veces á la semana la *bata* hidroterápica, otras tres veces á la semana un baño de medio cuerpo con loción superior, y dos veces á la semana afusión superior é inferior. Insistid en este tratamiento algunas semanas y con rigurosa puntualidad. El organismo entero se restablecerá y se fortalecerá; las molestias que nazcan del sitio de la afección desaparecerán una á una, y la vértebra hundida se osificará como se establece la cicatriz en el caso de fractura del hueso. Lo repito: cuando enferma una parte del cuerpo, sufre todo él; el organismo comparte el sufrimiento de un miembro cualquiera, grande ó pequeño. Arrojad al agua una piedra, y veréis arrugarse y alterarse toda la superficie del río ó del estanque. La piedra representa la vértebra dislocada: las ondulaciones dolorosas recorren el cuerpo todo.

El lector comprobará alguna vez la bondad de estos consejos en los procedimientos operatorios. Es necesario, para conseguir la curación, actuar sobre todo el cuerpo, á fin de vigorizarlo y de que las partes sanas sostengan, y en cierto modo cuiden de las enfermas y débiles. ¿Acaso los órganos no mantienen entre sí íntima relación? Son como individuos de una familia que no puede ser feliz sin la unión y concierto de las voluntades de todos.

4. Raquitis.

Se trataba de un muchacho de dieciséis años, afecto de raquitis, enfermedad causada por el reblandecimiento y la deformación de los huesos de la co-

lumna vertebral, considerablemente encorvada. Varios médicos la habían tratado como afección de la medula, sin resultado alguno. Por último, enviaron al enfermo á un establecimiento de ortopedia, donde le pusieron un corsé y otros diversos aparatos. El resultado fué que, habiéndose trasladado trabajosamente á pie al establecimiento, salió de él al cabo de diecisiete semanas apoyado en dos muletas, y los médicos declararon que no se podía conseguir otra cosa. Un buen amigo dió al padre del enfermo *Mi cura de agua*; entonces hicieron uso de lociones con agua y vinagre, según se prescribe en este libro, y consiguieron el restablecimiento del paciente, hasta el punto de que pudo andar muy bien, sin otro apoyo que un bastón. Después me lo trajeron para que lo curase completamente.

La curación total se consiguió en diecisiete días. Andaba como cualquier otro muchacho de su edad, si no con el mismo vigor, al menos con seguridad, sin bastón y sin molestias. He aquí en qué consistió el tratamiento: se le hizo un chaleco ó corsé de tela fuerte de lino; se mojaba este chaleco en un cocimiento de paja de avena, y se le ponía al enfermo. Encima de este chaleco mojado, un chaleco seco, y sobre éste una cubierta de lana que lo envolvía todo. El aparato permanecía aplicado toda la noche. Este fajamiento se hizo, primero cada dos noches, después cada tres. Además, el enfermo recibió dos afusiones superiores cada día y una afusión á las rodillas, reemplazadas alguna vez por paseos en el agua y un baño de medio cuerpo. Más tarde se aplicaba todas las semanas dos baños de medio cuerpo, dos afusiones superiores y una vez el corsé.

II

ENFERMEDADES DE LAS ARTICULACIONES

Las articulaciones, que se componen de tejidos diversos y realizan importantísimas funciones, están expuestas á numerosas y graves enfermedades. No hablaremos más que del *reumatismo articular*, de la *gota y del tumor blanco* de la rodilla.

1. Reumatismo articular.

Se presenta un individuo, cuyo aspecto enfermizo, y cuyos rasgos de profunda tristeza, dan á conocer á primera vista que sufre ó ha sufrido mucho.

Su color es de un amarillo de mal agüero; su cabeza conserva apenas algunos cabellos (como la vigésima parte de lo ordinario); apenas tiene cuarenta años; es el tipo del hombre tranquilo y serio, pero también el de un mártir.

Este hombre me cuenta lo que sigue: «Hace tiempo que padecía con frecuencia dolores en el bajo vientre, acompañados de cólicos intensos y diarrea. Después tuve, según decían los médicos, una enfermedad en los riñones. Cuando me atacaban aquellos dolores intolerables, me retorcía como un huso y daba vueltas como una peonza. Al cabo de algunos años desapareció esta enfermedad, y tuve, en cambio, un reumatismo articular. Se hubiera dicho que to-

dos mis dolores antiguos se habían reunido para atacar mis miembros, y que cada uno de éstos tenía su tormento especial. He hecho uso de muchos medicamentos, sin que me aliviara ninguno; el mal antiguo persistía siempre. Gracias á grandes esfuerzos y sacrificios, he podido desempeñar hasta ahora mis tareas ordinarias: no me he quejado á nadie, porque nadie me comprende, ni aun el médico. Uno solo sabe lo que yo he soportado, y es Aquél que ha prometido la corona del martirio á los que sufren. También tenía en los pies cierta exudación seca, que desapareció merced á ciertos remedios que me aconsejaron; pero no por eso me encontraba mejor. Por consejo del médico, he tomado también baños minerales, que no han hecho más que empeorarme. Lo más penoso para mí, y lo he comprobado á menudo, es que este mal tan terrible no tenía importancia á los ojos de los demás; lo atribuían á mi excesiva sensibilidad, y creían que debía sobreponerme á tales bagatelas. Este sufrimiento que no merece la compasión de nadie, es un sufrimiento doble.»

Este relato, querido lector, ha sido largo; pero es verdadero é instructivo. Jamás debemos ser duros é injustos con los enfermos; el hombre bien templado no se lamenta sin razón y á cada paso, como un mandria.

¿Dónde podríamos buscar el origen de todos estos males, y cómo ver en el interior de este cuerpo tan enfermo? El secreto no es difícil de adivinar. El relato mismo del enfermo nos da las premisas; de ellas podemos sacar la conclusión. La tez amarilla, los cólicos frecuentes, la exudación de los pies suprimida: todo esto hace sospechar la existencia de un elemen-

to morboso que, semejante á una serpiente que en su escondrijo acechara, silbara y amenazara con su lengua, se arroja, en el último ataque, sobre su presa, es decir, se apodera de todos los miembros é infiltra su veneno hasta en las articulaciones y medula de los huesos. Cuando caen los cabellos de una cabeza bien desarrollada, no lo hacen sin motivo; un huracán interior debe sacudirlos, como sacude el viento de otoño las hojas secas, ó bien un virus cualquiera está royendo y matando sus raíces.

No habrá curación positiva, hasta que este virus haya sido eliminado, y se vigorice el cuerpo de tal modo, que los malos humores no puedan luchar con él ventajosamente.

¿En qué farmacia podríamos adquirir el contraveneno que exigía este caso particular? Más de uno lo pagaría con cuanto tuviese. Es digno de observación que se pagan á alto precio medicamentos químicos, sobre todo si son nuevos y desconocidos, pero á Aquél que nos prodiga sus dones, le pagamos por los remedios naturales, que son los mejores, con un indiferente *Deo gratias* «gracias á Dios.»

Este remedio tan eficaz no es otro que el agua, que corre limpia en el arroyo ó en el río. ¿Cómo cura el agua? Cuando la mujer hacendosa quiere blanquear un lienzo, lo empapa en agua, y después de regarlo abundantemente, lo expone á los rayos del sol. El riego abundante disuelve los elementos más duros, y el sol los evapora por completo. Cuando el lienzo está blanco por un lado, se blanquea por el otro, merced al mismo procedimiento. Para que el blanqueo sea completo, es necesario que el agua y los rayos del sol penetren y pasen de parte á parte la tela, de

manera que ni una sola mancha altere la deslumbrante blancura del lienzo, para orgullo de la mujer cuidadosa. Esto no puede ser más sencillo: apliquémoslo. El cuerpo de nuestro enfermo, con su epidermis amarilla, se parece bastante á un lienzo sin blanquear. Parte de las aplicaciones de agua servirá para que el líquido penetre poco á poco hasta lo más profundo del cuerpo y disuelva esas materias duras, ó sean las substancias morbosas, mientras que la otra parte está destinada á desarrollar el calórico que, semejante á los rayos ardientes del sol, eliminará lo que ha sido disuelto. Más todavía: la mujer se sirve alguna vez de lejía, que ejerce sobre el lienzo una acción más enérgica y rápida que el agua. También nosotros podemos preparar estas lejías, que sirvan como disolventes más enérgicos. Nosotros cocemos diferentes vegetales y plantas diversas, que constituyen una lejía excelente para el blanqueo del cuerpo, es decir, para la curación de las enfermedades.

Volvamos á nuestro enfermo. Este tuvo que emplear en un principio la bata hidroterápica; después un baño de vapor en la cabeza con loción fuerte, en seguida un baño de vapor en los pies. Los dos baños de vapor puede creerse que hicieron el papel de la mejor lejía; pero hubo que administrarlos con cierto método. Porque cuanto mayor es el orden en el tratamiento, tanto más ayuda la naturaleza á eleminar los elementos morbosos. El enfermo empleó después un fajamiento de medio cuerpo para vigorizar su naturaleza, alternando á diario con una afusión superior é inferior, y todas las noches una loción completa, abandonando el lecho. Duró este tratamiento tres semanas. Durante la cuarta y la quinta,

el paciente recibió sucesivamente dos baños de medio cuerpo, un baño de vapor en la cabeza, otro en los pies y la bata hidroterápica; por último, durante la sexta semana, dos baños calientes alternados con baños fríos, un baño de medio cuerpo y una afusión superior é inferior. Para en adelante le aconsejé algunas lociones completas, y la afusión superior é inferior una vez á la semana, así como el baño caliente una vez al mes.

Ni aun en este caso tan difícil hizo el agua traición á mi confianza. Esta enfermedad tan grave, que hubiera acarreado una muerte prematura, desapareció; la tez recobró su frescura, volvieron las fuerzas perdidas, el desaliento fué reemplazado por nuevos ánimos, que permitieron la vuelta á las ocupaciones ordinarias. La voz recobró su amplitud de otro tiempo y la empleó frecuentemente para decirme: «Que Dios se lo pague á usted», y para cantar un ¡gloria á Dios!, de quien provienen el éxito y la salud.

Otro sujeto, de cerca de cuarenta años, tenía en la pierna derecha dolores reumáticos tan fuertes, que se veía obligado á ayudarse de un bastón, para recorrer las más pequeñas distancias. De vez en cuando sentía también dolores en los brazos y en los hombros. Empleó inutilmente toda clase de remedios; recurrió por fin al agua; á los seis días se encontraba muy aliviado; continuó las aplicaciones, y se restableció por completo. Su tratamiento fué el siguiente: 1) Durante seis días, dos afusiones superiores diarias y dos afusiones en los muslos; dos paseos por el agua, que le subía por encima de las panto-

rrillas, y que duraban de uno á tres minutos; una afusión dorsal y un paseo por la hierba mojada; por último, un fajamiento de medio cuerpo en el transcurso de la semana. 2) Después de estos seis días, nada más que una afusión superior con otra á las rodillas, alternando con el baño de medio cuerpo, de un minuto de duración.

Pasemos ahora al relato de un joven de veintiocho años:

«Desde hace dos años cuento los días por sufrimientos. El mal ha empezado por la espalda, en la que experimentaba un vivo escozor; disminuyó poco á poco el dolor, y pasó á la pierna derecha. Son muchas las noches en que no puedo dormir dos horas; tan pronto me atormenta el calor, como una violenta sensación de frío. Al principio consulté algunos médicos sin resultado. Practicaron algunas inyecciones que calmaban los dolores por el pronto, pero siempre volvieron con más fuerza. No experimentando alivio con los médicos, me entregué á los charlatanes, que emplearon conmigo fricciones y abluciones con líquidos alcohólicos. En vista de que todo ha sido inútil, deseo probar con el agua.»

Le prescribí el tratamiento siguiente: 1) Por la mañana, á las ocho, afusión superior con dos, tres ó cuatro regaderas de agua fría; 2) A las diez, afusión á los muslos; 3) A las dos de la tarde otra afusión á los muslos, y 4) Al oscurecer paseo por el agua.

Esto fué el primer día.

Segundo día: por la mañana, paseo por el agua: á las diez, afusión á los muslos; á las dos, afusión dorsal, y á las cinco baño de asiento.

Tercer día: por la mañana, baño de medio cuerpo; á las diez afusión superior; á las dos, afusión á los muslos; á las cinco, paseo por el agua.

Cuarto día: por la mañana, afusión á los muslos; á las diez, baño de medio cuerpo; al medio día, afusión dorsal; por la tarde, paseo por el agua.

Continuó así por espacio de doce días, al cabo de los cuales se encontró curado. Para fortificar el cuerpo debilitado por los dolores, nuestro joven tomaba después todas las semanas uno ó dos baños de medio cuerpo y daba uno ó dos paseos por el agua.

Otro caso. El conde de N. padecía el reumatismo desde hacía treinta y cinco años. En 1854 tomó las aguas de Aix-la-Chapelle, y experimentó alivio. La campaña de 1870 á 71 le hizo vivaquear con frecuencia y le produjo molestos dolores reumáticos en todo el cuerpo. También esta vez le probaron bien las aguas de Aix-la-Chapelle. Pero sobrevinieron recaídas; el paciente estuvo en Aibling; después volvió á Aix-la-Chapelle y ya los baños calientes prolongados le debilitaron en extremo y le pusieron en un estado lamentable. Finalmente, no encontrando alivio en ninguna parte, tomó el partido de ensayar la *cura de agua*.

Vino el enfermo á verme el 20 de Junio de 1887 después de pasar en el lecho dos meses; estaba plagado de reumatismos en las articulaciones de los pies, de las rodillas, de las manos y de los hombros. El brazo derecho estaba muy hinchado, desde los dedos hasta por encima del codo, y las articulaciones no jugaban, lo mismo que las rodillas.

Aquel personaje, que había sido robusto y de bue-

na presencia, estaba extenuado por tan largos padecimientos.

Le prescribí: 1) Dos veces por semana, una faja hidroterápica desde los sobacos hasta los pies, empapada en un cocimiento de paja de avena, flores de heno y de pino, á la temperatura de 30° R., aplicada por espacio de hora y media. 2) Por mañana y tarde, fajamiento del brazo hinchado con el mismo cocimiento, ó uno semejante, durante una, dos ó tres horas. 3) Dos baños con hierbas, completos, á la semana, con tres alternativas. 4) Tres veces por semana, el chal, aplicado durante una hora.

Al cabo de quince días el paciente experimentó considerable alivio. Volvió á su casa, donde siguió usando: 1) El fajamiento del brazo, como queda dicho. 2) El baño completo con hierbas y con alternativa una vez á la semana. 3) De tres á cinco baños de asiento de dos minutos de duración cada semana.

Este tratamiento triunfó completamente de la hinchazón de los brazos y de las rodillas, y restableció el movimiento. Para asegurar la salud, dedicó el mes de Septiembre de 1887 á las aplicaciones siguientes: 1) Baño caliente de la mano, que metía después entre flores de heno para recibir una ablución fría. 2) Baño de asiento tres ó cuatro veces por semana. 3) Baño con hierbas, con tres alternativas una vez á la semana. 4) Afusión superior, cuatro veces por semana.

El resultado de este tratamiento no pudo ser más favorable: la hinchazón y el dolor desaparecieron por completo de las articulaciones, lo mismo que la rigidez y las molestias al ejecutar cualquier movimiento, y el estado general llegó á ser excelente. El señor conde se encuentra tan bien ahora, que puede

andar sin fatigarse horas enteras, y, como gran aficionado á la caza, tomar parte, con asombro de todos, en cacerías que duran nueve días seguidos.

Para conservar su buena salud necesita hacer todos los días un ejercicio en el agua, un baño de medio cuerpo, un baño completo ó un paseo hidroterápico.

2. Gota.

Si váis en otoño al campo, veréis á los labradores esparcir acá y allá el estiércol. En estos últimos tiempos han adoptado un sistema nuevo, que excita la bilis de los verdaderos labradores. No distribuyen este alimento del suelo por igual, como en otro tiempo, sino que, obedeciendo á una preocupación inaudita, depositan en un terrón dos ó tres porciones y dejan ayunar por espacio de un año á los terrenos circundantes. Este trabajo se parece al juego de la gallina ciega, y produce allá en la primavera fangales pútridos que engendran una lujuriosa vegetación al lado de espacios de tierra estéril, y que, por culpa de este injusto procedimiento, no da nada á los graneros.

Este simil corresponde exactamente al mal de gota. En efecto: el alimento es para el hombre lo que el abono para el campo y la pradera. Examinemos por un instante la desigualdad que establecen las diferentes condiciones de la vida. Uno náda diariamente en la abundancia, y para otro, suceda lo que quiera, ayuno todo el año. Alguien observará que no se trata de un ayuno de cuarenta días, sino de trescientos sesenta y cinco. Si abonáis demasiado vuestro campo ó, lo que es lo mismo, vuestro cuerpo diaria-

mente y á toda hora, si le echáis tanto que la naturaleza no pueda digerirlo y los órganos sean impotentes para elaborarlo, ¿cuál será la consecuencia? Los huesos, por ejemplo, necesitan, para su estructura, del azufre y de la cal. Ahora bien: con una alimentación nutritiva y copiosa, se amontonan quizás tantos materiales como se necesitarían para construir dos ó tres cuerpos. De aquí que se produzcan en tal punto fangales (sangre espesa), en tal otro pantanos (malos humores), así como amontonamientos de arena, tierras y piedras alrededor de los huesos.

Las articulaciones se hinchan, se declara la inflamación y determina un largo y horrible suplicio, hasta que estas nudosidades cartilaginosas ó huesosas de la gota, sean consumidas, por decirlo así, por el dolor mismo y eliminadas en otra forma. Cuanto más intenso el tormento, tanta menos compasión inspiran generalmente estas podragas bien nutridas, lo cual no es muy cristiano, aunque sea muy natural. La gente dice: «Bien ha gozado; ahora toca las consecuencias». Los pobres ignoran que hasta los más indigentes pueden padecer de la gota. Yo tuve un criado, pobre y excesivamente trabajador, que fué atacado violentamente de esta enfermedad. En él la originó la falta de aseo, descuidado por su misma laboriosidad. Un fuelle agujereado deja ir el aire por los agujeros, en lugar de enviarlo á los tubos del órgano. Del mismo modo los órganos debilitados y enfermos trabajan en aumentar el tumor en lugar de producir carne; hacen crecer el tófus (depósito cretáceo en las articulaciones y extremidades de los huesos) en vez de alimentar éstos.

También puede tener origen la gota en la acción del frío y de la humedad, en un exceso de trabajo, y en otras causas.

En el estado agudo y en la forma benigna atormenta á mucha gente. La sufren unos en los pies, los otros en la cabeza, éstos en el interior, aquéllos en la superficie del cuerpo.

Yo curo con gusto, y la mayor parte de las veces con facilidad, á las gentes sencillas que no conocen la molicie, que son dóciles y que no se quejan porque les pique una pulga.

Pero con los gotosos de las clases elevadas no me hago ilusiones. Son para mí un verdadero suplicio, y casi nunca se dejan curar por la hidroterapia, por la sencilla razón de que no obedecen y sufren el doble yugo de la molicie y de la «hidrofobia;» de otro modo, recobrarían la salud como los demás gotosos.

Un individuo de elevada posición social hacía cuatro semanas que sufría violentos dolores en los pies, y las bromas de los amigos, que le daban el nombramiento de Cofrade de la gota. La primera vez bastó la transpiración para curarlo; pero un año después volvió el mal y le retuvo en el lecho por espacio de dieciocho semanas. Se sometió á un calor elevado, y transpiró abundantemente; pero el sistema fué por esta vez inútil. Vino á consultarme, prometiendo que haría cuanto yo juzgase necesario para que el terrible mal no volviese.

La cura principal terminó en pocas semanas. Así como la cal viva, puesta en contacto con el agua, se hincha y se deshace en polvo, así desaparecieron los

tumores gotosos, bajo la acción de diferentes aplicaciones de agua. Después el paciente ha hecho uso, de vez en cuando, de tal ó cual ejercicio hidroterápico, y el mal no ha vuelto á molestarle, al menos que yo sepa, en los últimos años. El tratamiento aplicado es el mismo que se describe en el caso siguiente:

Este caso era el de un sacerdote que sentía en los pies una sensación como de quemadura, lo cual le tenía desesperado; le aconsejé que hiciera una infusión de flores de heno, las comprimiese, las extendiese sobre un lienzo, pusiese encima los pies doloridos y los rodease bien con esta cataplasma vegetal. Dos horas después tuvo que renovar el tópico, es decir, mojar de nuevo las mismas flores de heno en el mismo cocimiento, comprimirlas y aplicarlas. La segunda vez importa poco que las flores de heno estén tibias ó frías.

El enfermo siguió mi consejo algunos días, sintiéndose grandemente aliviado desde el primero, y no quedándole ni huella del dolor á los cinco días.

A falta de flores de heno, se empleará la paja de avena, y en este cocimiento se empaparán las fajas con que se han de envolver los pies. También esta hierba produce excelentes resultados en los casos de gota. Observad de paso que en estas afecciones doy la preferencia á un tratamiento caliente, como mejor resolutivo.

Hay que prevenir al enfermo contra un error. Con frecuencia se cree completamente curado desde el punto en que los pies no le duelen. Sería una falta grave abandonar en este instante el tratamiento; al fajamiento de los pies deben seguir, por lo menos,

algunas aplicaciones de agua sobre todo el cuerpo, á fin de sacar de él cuantos elementos morbosos se pueda. La bata, empleada de dos á tres veces por semana, hora y media ó dos horas cada vez, será muy útil en las tres primeras semanas. Al mes siguiente se recurrirá á algunos baños calientes, preparados con un cocimiento de flores de heno ó de paja de avena, seguido de tres alternativas.

Un jornalero había contraído una afección gotosa muy grave; púsose tres veces por semana el saco mojado en un cocimiento caliente de paja de avena, y después dos baños semanales con ramas de pino (33 á 35° R.) con tres alternativas. Cada dos noches, se lavó al salir del lecho con agua fría, y así consiguió verse en tres semanas casi curado; á pesar de lo cual, siguió usando por algún tiempo la aplicación de dos sacos en una semana, y á la siguiente el baño que acabamos de mencionar; desde entonces ha vuelto á su trabajo sin haber tenido que abandonarlo ni un solo día.

Un fontanero vino con los dedos de las manos y de los pies plagados de hinchazones articulares, en las cuales sentía un escozor insoportable. Se trataba de la gota que origina el frío húmedo. Cada dos días tomó un baño caliente, tal como queda descrito. Cada tres ó cuatro, la aplicación del saco. He aquí lo que en poco tiempo le ha librado por completo de la enfermedad. En cuanto á las manos, las rodeaba durante la noche de flores de heno cocidas.

Otro caso relativo á un padre de familia, que se quejaba de dolores lancinantes en los miembros, no sabía si atribuirlos á la gota ó á cualquiera otra afección; pero le hacían padecer hasta el punto de no poder entregarse á sus ocupaciones.

Era precisamente en la época de la siega del heno. Le aconsejé que subiera al almiar ó sitio donde se guarda, que hiciese un hoyo en el heno, que precisamente estaba fermentando, y que se metiese en él, sin dejar libre más que la cabeza. Lo hizo, y al cuarto de hora nadaba en sudor. En diez días tomó este campesino seis de estos baños de heno, que le curaron completamente.

No quisiera tener necesidad de aconsejar á todos y cada uno este procedimiento; sólo el que lo ha puesto en práctica conoce el efecto poderoso y resolutivo del vapor del heno, método inofensivo, merced al cual se logra eliminar las afecciones más antiguas. Soy de parecer que se obtendría la mayor suma de eficacia si, inmediatamente después del baño de vapor de heno, se administrase rápidamente un baño de medio cuerpo frío, con loción superior. Esta última operación es en extremo confortante.

Ninguna de estas cosas es tan rara ni extravagante como alguno puede imaginarse. Para probarlo, me bastará citar, entre otros muchos, el caso de dos médicos de gran reputación, que con una quincena de estos baños de vapor de heno se han restablecido completamente, pareciéndoles asombroso que con sólo el empleo de medios tan vulgares y procedimientos tan sencillos, se pudiera obtener tal regeneración del organismo. No vacilo en afirmar

que los reumatismos ligeros y los calambres que siguen ordinariamente á las enfermedades graves, desaparecerían con facilidad sin más que dos, tres ó cuatro baños de vapor de heno.

Vea el agricultor qué tesoros posee dentro de su misma casa, y cuán fácil es ensayarlos en verano, cuando llegan los días de la siega del heno: si os sentís fatigados, echad unos cuantos puñados de heno ó de sus flores en agua hirviendo y dejadla entibiarse. Un pediluvio con esta agua disipará completamente la fatiga.

Y mucho más si sentís dolores reumáticos. En ese caso, conceded á vuestro propio cuerpo los saludables efectos de esa hierba de que gozan libremente nuestros rumiantes.

Un posadero me hizo el siguiente relato: «Siempre que cambia el tiempo, siento en la cabeza dolores tan violentos, que me es imposible atender á mis asuntos. Estos dolores alcanzan á la espalda y á lo alto de los muslos; cuando invaden los pies, me es imposible andar. Si bebo un vaso de cerveza, vuelven á la cabeza en seguida; como esto dura desde hace tantos meses, he tenido que abandonar todo trabajo regular y estoy completamente aburrido.»

Tratamiento: 1) Cada semana, dos baños calientes de paja de avena (á 30° R.), de media hora de duración, seguidos de una loción enérgica ó un baño frío muy corto. 2) Todos los días, afusión superior y afusión á las rodillas. 3) Tres lociones semanales completas, tan rápidas como sea posible, en plena transpiración, ó en el lecho, si se hacen de noche. 4) Todos los días, por mañana y tarde, una taza de infusión

hecha con cinco ó seis hojas frescas de saúco, que cuezan cinco minutos.

A las cuatro semanas el posadero quedó tan completamente curado, que sus amigos le encontraban rejuvenecido. Para evitar recaídas, le aconsejé que tomase todos los meses un baño igual y se lavase por completo una ó dos veces por semana en plena transpiración, ó dejando el lecho durante la noche.

Relato de un industrial: «Tengo ambos pies muy hinchados. Los dolores no me abandonan, y con frecuencia paso las noches sin poder dormir. Los dolores más violentos son los que tengo en las extremidades; mis brazos están siempre rígidos y doloridos. No me falta apetito; pero en cuanto como, se me hincha el estómago de tal modo, que me cuesta trabajo respirar. Andar me es casi imposible, y, al levantarme, los vértigos apenas si me dejan darme cuenta del sitio donde me encuentro. He visto á muchos médicos y tomado muchas medicinas; pero, á mi parecer, el mal sigue empeorando, hasta el punto de hacerme desear la muerte.»

El paciente era bastante robusto, y más parecía un cervecero bien alimentado que otra cosa, á pesar de que bebía poca cerveza y estaba sujeto á un régimen muy frugal. Tenía próximamente cincuenta años; según el diagnóstico de los facultativos, la causa de la enfermedad debía ser una hipertrofia del corazón.

Este enfermo se encontró completamente libre de sus numerosas molestias en cinco semanas, y contentísimo de haber recobrado la salud. ¿De qué modo? 1). Los pies fueron, primero á diario, después en días

alternos, y más tarde cada tres días, envueltos en flores de heno; es decir, que las flores de heno se aplicaban sobre la piel desnuda y se envolvían con un lienzo caliente, durante dos ó tres horas: 2) Cada dos días, y más tarde cada cuatro, tuvo que ponerse una camisa empapada en la infusión de flores de heno. Cuando la hinchazón de los pies hubo desaparecido en gran parte, el enfermo recibió todos los días una afusión superior, otra á las rodillas, y varias de medio cuerpo. El tratamiento duró cinco semanas.

3. Tumor blanco de la rodilla.

Una persona como de unos treinta años sufrió una gran hinchazón de la pierna, desde por encima del tobillo, hasta la parte superior de la rodilla. El tumor se hacía más duro, más ardiente y doloroso por momentos. Durante seis meses siguió el enfermo el tratamiento del médico, aplicando, entre otras cosas, dos aparatos de escayola, uno de los cuales fué mantenido por espacio de doce semanas, y el segundo de ocho. Su estado empeoró, hasta el extremo de no serle posible poner el pie en el suelo, haciéndole sufrir, más que nada, la articulación de la rodilla. Como nada de esto produjo resultado, se probó con las flores de heno, aplicadas en forma de cataplasma; desde la parte superior del tobillo, hasta la mitad del muslo. Los dolores y la hinchazón disminuyeron muy pronto, y reducida esta última á la mitad, se le administró cada dos días una afusión á la pierna enferma. Al cabo de ocho semanas el pie pudo de nuevo entrar en funciones, y poco tiempo después la muchacha en cuestión pudo volver á su penoso trabajo.

III

ENFERMEDADES DE LOS MÚSCULOS

Por el sitio que ocupa, así como por el cuadro sintomático que le acompaña, el reumatismo puede dividirse en dos grandes grupos de afecciones, según que éstas se alojen en las articulaciones ó en los músculos. De ahí las denominaciones de reumatismo articular y reumatismo muscular. Hemos hablado del primero en el capítulo que precede. Vamos ahora á ocuparnos del *reumatismo muscular*.

¿Quién podrá enumerar los infinitos estados reumáticos de que se quejan los humanos en este bajo mundo? El uno lo padece en la cabeza, el otro en los pies, ésta en la espalda, aquélla en el pecho, etc. El reumatismo es verdaderamente el judío errante de las enfermedades.

El cultivador laborioso, el leñador, todos los que hacen trabajo penoso, apenas si tienen noticia de esta enfermedad, lo cual se explica, á mi parecer, porque si alcanzan un reumatismo, lo eliminan una hora después. Tal vez sientan indicios de él por la mañana, y el trabajo lo ahuyente al medio día.

Esta observación nos indica claramente el tratamiento que exige el reumatismo.

Un veterinario se me lamentó cierto día de no poder entregarse al trabajo, porque un reumatismo violento se había apoderado de su omóplato derecho. Indudablemente—decía—me habré enfriado cuando estaba sudando, y ya sé que no me veré curado antes de seis semanas.

—Y si queréis, le dije, antes de veinticuatro horas. Se echó á reir, y acabamos por hacer una apuesta. Con un apretón de manos me dió su palabra de honor de hacer exactamente lo que yo le mandara: volvió á su casa, é hizo que su mujer le frotase la espalda enérgicamente con un lienzo seco, y después se administró una afusión superior fría. Unas ocho horas después, tomó un baño de vapor en la cabeza, seguido de afusión fría. Mucho antes de que transcurrieran las veinticuatro horas, había desaparecido hasta la menor huella del reumatismo, Había yo ganado la apuesta.

He hablado de esta fricción seca, cosa que no prescribo siempre, y he aquí el motivo: si el reumatismo es consecuencia de un cambio brusco en la temperatura, del paso rápido del frío al calor, ó viceversa, los dolores que se presentan, tan pronto en la piel como en los tejidos profundos, y alguna vez, como creen los enfermos, en la médula de los huesos, tienen origen, en la mayor parte de los casos, en la circulación de la sangre; ya sea que ésta tenga una marcha más rápida ó más lenta, ya también porque se hayan producido en tal ó cual sitio obstrucciones, inflamaciones ligeras, etc. Los entorpecimientos y las compresiones que esto origina, causan el dolor, y deben ser combatidas con la resolución, la eliminación y la confortación de las

partes atacadas. Cuando la batuta no es suficiente para dirigir á los cantantes, el director se sirve al mismo tiempo de su mano izquierda y de su cabeza, para marcar el compás é indicar la expresión. Cuando en el corral se mezclan los gansos con las gallinas y no hacen caso de voces, una piedra lanzada por la dueña restablece el orden; así, cuando el reumatismo se aloja profundamente, se muestra muy rebelde, y sobre todo cuando es muy extenso ó muy violentos los dolores, asocio la fricción al agua. La primera, desarrolla con más rapidez el calórico, produce una distribución más rápida de la sangre, etc. Si la parte enferma estuviese más ó menos fría al recibir la afusión, sin que previamente hubiésemos estimulado la piel, el reumatismo se retiraría al interior del cuerpo, en vez de ser eliminado.

Un campesino tenía tales dolores reumáticos en ambos pies, que no podía andar, extendiéndose la molestia á lo largo de las piernas. No sabía dónde había atrapado aquella desdicha. Dos veces al día se aplicó al paciente un lienzo empapado en cocimiento caliente de flores de heno, desde los sobacos hasta los pies, y cuidadosamente cubierto con tela de lana, permaneció en el lecho durante dos horas. Con diez de estos fajamientos inferiores tuvo bastante para que el reumatismo desapareciera por completo.

Otro labrador sufría tanto de las caderas, que ni siquiera pudo ser fajado. Se le sumergió en un baño preparado con paja de avena (de 33 á 35°R), y con tres

alternativas, durante veinticinco minutos y dos veces al día. A las setenta y dos horas estaba bueno.

Podría citar innumerables casos de reumatismos en la cabeza. Los he curado, huyendo en lo posible de hacer aplicaciones de agua en la cabeza misma; antes bien, administrando baños calientes y baños de vapor en los pies. Si se enfría la cabeza, el mal empeora; si, al contrario, se aumenta su temperatura, la sangre afluye con más facilidad. La serie de aplicaciones que se emplean, es la siguiente: 1). Baño caliente (con sal y ceniza) 2). El chal. 3). Baño de vapor en los pies. 4). Baño de vapor en la cabeza, con una afusión fría. 5). Otra vez el chal. Estas aplicaciones, una cada día, curan el más violento reumatismo de la cabeza, contraído á consecuencia de una corriente de aire, de un enfriamiento, ó de una transición brusca del calor al frio.

Ningún reumatismo debe ser descuidado, porque puede convertirse en principio de graves y numerosas enfermedades de los pulmones, de los ojos, de los oídos, etc., ó dar ocasión á inflamaciones, abscesos, etc.

Un estudiante que había bebido mucho y se había expuesto en este estado á una corriente de aire, contrajo súbitamente un reumatismo del pecho. Creyó desde luego que este fastidioso contratiempo no podría triunfar de su vigor y de su juventud, y que desaparecería por sí mismo. Pero la bobada se transformó en una enfermedad grave, acompañada de una tos seca de mal carácter, que inspiraba grandes inquietudes á toda la familia. Dos meses después, aquella vida tan floreciente y aquel porve-

nir tan brillante se habían apagado. Si el joven se hubiese lavado cuatro ó cinco veces al día el pecho y el vientre con agua fría, el desgraciado hubiera estado fuera de peligro á los dos días.

Ana María, entregada á un trabajo asiduo y penoso, se vió afecta de hinchazón alrededor de una rodilla. No hizo caso de ello durante algunos días, y cuando los dolores llegaron á ser muy vivos, su ignorancia le aconsejó el empleo de compresas frías. No por eso se encontró mejor, al contrario; la rodilla empeoró y, Ana María se decidió entonces á consultar á un médico. Este prescribió un ungüento; pero las unturas no dieron resultado. Para colmo de desdichas, el hueso de la pierna por debajo de la rodilla, empezó á encorvarse hacia dentro. Para evitar el envaramiento, el médico ordenó friccionar la pierna todos los días con manteca de puerco sin sal, durante dos semanas, y lavarla más tarde con ácido fénico; pero la rodilla siguió de mal en peor; por fin rodeó el miembro con un aparato de escayola, prometiendo que al levantarlo se encontraría curada la rodilla. Nueve semanas después fué levantado el aparato; pero la pobre criada no pudo andar, ni aun tenerse sobre aquella pierna. Este aflictivo estado ha persistido hasta hace poco.

Estos tumores é induraciones de los huesos y alrededor de los mismos, no pueden ser curados más que por resolución, empleando fomentos de flores de heno (en forma de cataplasmas), aplicadas siempre bien calientes y por bastante tiempo. Conseguida la resolución, la sangre volverá á penetrar en esos tejidos, á nutrirlos y vigorizarlos. Nuestra enfer-

ma, después de haber empleado durante ocho días dicho fomento, pudo tenerse sobre la pierna enferma, y ocho ó diez semanas después andaba sin dificultad.

Un hombre de buena posición vino á decirme: «Estoy lleno de reumatismos y de calambres desde los pies á la cabeza; tengo además un catarro que, más fuerte ó más flojo, no deja de molestarme un momento, ni en casa ni fuera de ella. Casi siempre me faltan el apetito y el sueño, y si esto dura algún tiempo, me veré obligado á abandonar mis tareas. Hace mucho que llevo camisa y camiseta de lana (sistema Jaeger). Sobre esta camisa, llevo otra de bombasí de lana, de la mejor calidad que he podido encontrar. También llevo una segunda camiseta de lana de la mejor clase, encima un chaleco de pana con un doble forro de lana, pantalón de franela, el traje, y un sobretodo. Mi cuerpo está casi siempre frío y exhala un sudor fétido, que semeja el olor de la brea. Soy el hombre más desgraciado que hay en el mundo.»

¿Cómo se debía tratar á un enfermo de esta índole? Desde luego una afusión superior, para limpiar la piel grasienta; después afusión á las rodillas y lociones. Estas aplicaciones se repitieron seis veces en tres días, á dos por día; al tercero el enfermo tiró la primera camisa y la primera camiseta, después tomó un baño de medio cuerpo, y una hora después afusión superior. El quinto día cambió la segunda camiseta por otra de lienzo. Al séptimo, la segunda camiseta de lana fué reemplazada por otra de lienzo. El chaleco provisto de mangas desapareció también, mientras que los baños de medio cuerpo alternaban

diariamente con dos afusiones superiores é inferiores. Al cabo de quince días, no había en aquel organismo, reumatismo ni calambres; transpiraba la piel normalmente; volvieron el sueño y el apetito, y el funcionario pudo volver, con gran satisfacción suya, á desempeñar sus servicios de siempre. Decía á menudo: «Si yo mismo hubiese empeorado aquella pequeña enfermedad, no podría menos de enfadarme conmigo mismo; pero no he hecho nada sin consultar el parecer de los médicos.»

Decíame otro enfermo: Toda la parte superior del cuerpo está invadida por el reumatismo. En el lado derecho no faltan nunca los dolores, y cuando se me alivia un poco es porque se trasladan á uno de los hombros, ó á los dos á la vez. Entonces la rigidez es tal, que no puedo hacer ningún movimiento. Cuando el dolor se fija en el estómago, me parece que todo se retuerce dentro de mí, y me es imposible comer; donde más siento el dolor es por detrás de la cabeza, hacia el lado izquierdo. No consigo nunca tener los pies calientes; mi vida no puede ser más miserable, y ni siquiera puedo cumplir los deberes de mi cargo. Los medicamentos que llevo empleados me han costado mucho dinero, sin que me hayan servido para nada. Desde hace más de un año, llevo, por consejo del médico, camisas de lana, con las que sólo he conseguido hacerme más sensible. Tratamiento: 1) Ponerse tres veces por semana, durante hora y media, una camisa de tela fuerte, empapada en una infusión de flores de heno. 2) Aplicar dos veces por semana una faja, igualmente empapada en cocimiento caliente de flores de heno, que ba-

jará desde los sobacos hasta los pies. 3) Levantarse dos veces por semana durante la noche, lavarse completamente con agua fría y volver al lecho sin enjugarse. Después de dos semanas de este tratamiento, prescribí: 1) Tomar diariamente una afusión superior y otra á las rodillas. 2) Paseo por el agua todos los días, de dos á cuatro minutos, y hacer en seguida ejercicio en seco. 3) Lavarse enteramente dos veces por semana.

Al cabo de cuatro semanas, nuestro enfermo había recobrado la salud, pero continuaba siempre tomando dos baños de medio cuerpo por semana.

El director de un colegio escribía lo siguiente: «Sufro dolores constantes é indecibles en los brazos, en los hombros y en los pies. Tan pronto me envuelven completamente los reumatismos, como se fijan en tal ó cual parte. El asma es casi constante, y llega á ser tan fuerte, que en ocasiones parece que me ahogo. Tengo además congestiones; rara vez gozo de una hora de tranquilidad. He sido magnetizado y electrizado, y he recurrido á otros remedios, sin obtener el menor alivio: únicamente el tratamiento por el agua es el que ha disipado los dolores en diez días, y sólo quedan de mi enfermedad vestigios insignificantes, que estoy seguro de hacer desaparecer completamente, merced á ligeras aplicaciones hidroterápicas.»

El tratamiento había sido: 1) A diario una afusión superior y dos afusiones á los muslos. 2) Al segundo día, la bata hidroterápica. 3) Del cuarto día en adelante, un baño de medio cuerpo, en lugar de

la afusión superior. Y 4) Semanalmente, un baño de vapor en la cabeza.

Cuenta un hombre de cuarenta y seis años: «Siempre he estado condoliéndome de alguna parte, sea del lado derecho, sea del hombro. El dolor no permanece mucho tiempo en el mismo sitio. Si se fija en la cabeza, me ocasiona vértigos y lágrimas abundantes del ojo derecho. Si se fija en la pierna, ésta se pone rígida completamente. Si es en el pecho, apenas puedo respirar. Así estoy hace algunos años. Alguna vez he experimentado alivio, pero jamás he conseguido la curación.»

Este enfermo fué curado en cinco semanas, con el tratamiento siguiente: 1) Fajamiento de medio cuerpo por espacio de hora y media, tres veces por semana. 2) Loción completa al salir del lecho, cuatro veces por semana. 3) Dos veces la afusión superior. A los quince días el tratamiento fué modificado. El paciente tomó: 1) Una afusión superior diaria y otra á las rodillas. 2) Un fajamiento de medio cuerpo, y dos lociones completas por semana.

Para conservar la salud se acostumbró á tomar todas las semanas un baño de medio cuerpo y dos afusiones superiores, con afusiones á las rodillas.

IV

ENFERMEDADES DEL TEJIDO CELULAR

El tejido celular es asiento de numerosas y graves enfermedades. Ningún otro tejido las ofrece tan caracterizadas. Al pasar revista á los diversos estados morbosos del sistema celular, hablaremos de la *inflamación*, de los *abscesos*, del *panadizo*, de la *hidropesía*, y del *cáncer*.

1. Inflamación en general.

Observad á un niño que apenas sepa andar, en el momento que su madre enciende una luz; pasa todos los trabajos del mundo por atrapar una cerilla y encenderla. El pequeño malhechor realiza al fin su propósito, y con una simple cerilla ocasiona un gran incendio; la casa entera, y cuanto contiene, queda reducido á cenizas.

Millares de hombres descansan en paz en el cementerio. Una chispa de materia morbosa había prendido en sus cuerpos, y la chispa se había convertido en llama; la sangre afluía de todas partes hacia un sitio determinado, y proporcionaba al fuego nuevos materiales; aquello era el aceite sobre las

brasas, la llama convertida en incendio. Quizás no se había combatido éste del modo más conveniente, y la pobre morada del alma humana habíase consumido miserablemente. Millares de animales perecen así todos los años, y un número de personas no menos considerable sufre la misma suerte. Este movimiento se precipita algunas veces. Una chispa morbosa nos ha caído en la garganta, y la ha inflamado. Por casualidad un vientecillo fresco hace el papel de fuelle de fragua y atiza el fuego. Los vasos sanguíneos proporcionan nuevos materiales; en pocas horas arde toda la garganta. Esto es lo que sucede siempre y lo que señala nuestra línea de conducta. En caso de incendio se pide socorro, y se trata ante todo de salvar lo que las llamas no han atacado. Después, si da tiempo, se aparta del foco del incendio todo lo que podría alimentar al fuego, y se hacen funcionar las bombas hasta extinguirlo. Debemos, por lo tanto, aprovechar esta lección. Si en algún punto del organismo se presenta la inflamación, hay que rechazar el aflujo de sangre cuanto antes sea posible, y preservar á la sangre no irritada del contacto de la inflamación, tratando al mismo tiempo de apartar cuanta sangre se pueda del foco inflamatorio.

No hace mucho tiempo que al ir á acostarme advertí que empezaba á arder la chimenea. «¡Qué fatalidad! exclamé; voy á perder la mitad de mi sueño hasta que toda esa madera acabe de chisporrotear.» Mi vecino tuvo mejor acuerdo: «no es el chisporroteo lo que me importa, sino el sueño,» dijo. Y ¿qué hizo? Desocupó tronco á tronco el hogar, y allí acabó todo.

Volvamos ahora á la inflamación de la garganta. Tocad vuestros pies; quizás estén fríos como el hielo: por lo menos es el caso más frecuente; la sangre acude en abundancia allí donde se eleva la temperatura; ha desertado, por consiguiente, de los pies, y se ha precipitado sobre el foco del incendio, hacia la garganta. Envolved vuestros pies en lienzos empapados en agua y vinagre, y no tardaréis en sentir gran calor.

Este fajamiento de los pies llama la sangre á las extremidades, y esto basta para alejar del fuego una parte del combustible. Procurad en seguida apartar la sangre de la parte superior del cuerpo, por medio de un lienzo grande empapado en el mismo líquido, y aplicado al vientre. Si este lienzo se calienta mucho, hay que mojarlo de nuevo en agua fría y repetir la operación siempre que se caliente y mientras sea grande el calor.

Esta segunda aplicación quita á la garganta más combustible que la primera, y después de ella podéis atacar la garganta misma, que es el verdadero foco. Mojad un lienzo en agua muy fría y rodead el cuello con él; pero no le dejéis calentarse mucho (1), volviendo á mojarlo siempre que así se encuentre.

Si se deja calentar el lienzo demasiado, aumentará por esta misma razón el calor que se trata de

(1) Mi práctica de treinta años me autoriza á decir esto: el que deja las compresas toda la noche, se encuentra al otro día con que el mal ha empeorado, en vez de mejorar. En ese caso se pretexta que la compresa estaba mal colocada. La verdadera razón es otra muy distinta. (Véase, para más detalles, en la primera parte de esta obra, el capítulo titulado: «Fajamiento del cuello.»)

combatir, y la sangre que habíamos conseguido alejar, acudirá de nuevo á la garganta y reavivará el incendio. Si participáis en este punto de mis ideas, que han sido muy discutidas, seréis al cabo de una corta práctica vuestro mejor médico; sabréis mejor que nadie dónde habéis rebajado la temperatura y cuándo es hora de renovar la compresa, reglamentando y repitiendo por vuestras mismas sensaciones las aplicaciones de agua.

El grado de calor será vuestro guía más seguro; si el termómetro llega á cero; es decir, si se ha extinguido el fuego, suspenderéis el tratamiento; si, por el contrario, el termómetro sube, esto es, si el fuego aumenta, os apresuraréis á recurrir de nuevo al agua para extinguirlo.

2. Absceso.

Las inflamaciones no sólo se presentan en el interior del cuerpo, sino también en la superficie, particularmente como consecuencia inevitable de los abscesos. Siempre que hay un incendio, acude la vecindad, y cuando se produce en un sitio cualquiera de nuestro cuerpo, por pequeño que sea, las partes próximas no permanecen indiferentes. Un glóbulo de la sangre avisa á los demás; afluyen los curiosos y se queman los dedos, y algo más, por enterarse. Si se produce un absceso en un dedo de un pie, por ejemplo; aunque sea como una lenteja, no se limita el sufrimiento al dedo, sino á una parte más ó menos considerable del pie; quizás hasta la parte superior del cuerpo. La semejanza del que enciende de

noche una cerilla y alumbra con ella un radio bastante extenso.

A Ana se le pone malo el dedo pulgar. El mal no parece gran cosa; el dedo está un poco hinchado y algo más rojo que los otros, pero el dolor alcanza hasta el hombro.

«No lo descuides, le dice su padre. El malestar te invadirá pronto el cuerpo; eso debe traer malicia.»

La muchacha entrapaja cuidadosamente el dedo (1) y observa cuatro ó seis días la marcha del padecimiento; la hinchazón del dedo aumenta, se hincha también la mano, se forma un absceso considerable, y la enferma sufre fenómenos espasmódicos en el dedo, en el brazo y en todo el cuerpo, y pasa mucho tiempo, antes de que toda aquella materia purulenta haya sido eliminada y se haya curado el dedo.

¿Qué hubiera debido hacer esta chica según mi sistema? Desde el punto en que el dedo le doliese, evitar que tomase el fuego grandes proporciones, extinguiéndolo como se extingue en el hogar el que producen cuatro carbones: con un poco de agua. Es posible que así consiga su objeto.

Cuando el padecimiento del dedo ha invadido también la mano, habrá de ponerla al caño de la fuente. Porque el mal no consiste solamente en el ardor doloroso que se trata de alejar, sino más bien en los humores morbosos que es preciso disolver y elimi-

(1) El fajamiento mantiene el calor y lo aumenta. Esto es causa de que aumente también el aflujo de sangre hacia el punto inflamado y pase mucho tiempo antes de que toda la sangre detenida en el foco inflamatorio se haya convertido en pús.

nar. Hay, por lo tanto, que envolver el dedo y la mano en un lienzo empapado en agua fría, y renovar esta compresa tantas veces como se seque.

Es claro que no por eso desaparecerá el mal completamente, y que el pus se abrirá camino al exterior; pero todo lo que el fajamiento haya extraído, eso menos supurará; y hay una gran diferencia entre un absceso del tamaño de una avellana y el que es tan grande como una nuez, ó mayor todavía.

Si el malestar se extiende á todo el cuerpo, prescribimos por algún tiempo la aplicación diaria de la faja hidroterápica. El estado general mejorará rápidamente.

3. Panadizo.

Los campesinos conocen bien una especie de absceso llamado *panadizo*, que no es otra cosa que una inflamación flemonosa de los dedos. El tratamiento de esta afección es una prueba más de la ceguedad y de la tontería de los hombres. De tal modo olvidan en este caso el buen sentido, que parecen haber perdido la razón. Los remedios empleados contra el panadizo son todos á cual peor; casi siempre se trata de un ungüento específico, y cuando los ungüentos son impotentes, se recurre á todo género de remedios cabalísticos; hay gentes supersticiosas que prefieren cazar un topo á aplicarse un medicamento, y creen que si logran atrapar uno de esos animalejos y consiguen matarlo apretándole entre los dedos, se acabó el panadizo. Y cuando al cabo de algunos días han engrosado y friccionado y charlado cuanto han que-

rido, y han empleado los remedios más extravagantes de cuantos aconsejan comadres y charlatanes, cuando después de algunas semanas de dolores intolerables el panadizo ha madurado y reventado y sale por fin el pus al exterior, piensan haber realizado una maravilla. Apenas se concibe que llegue á tanto la ignorancia.

¿Qué es un panadizo? No es otra cosa que un absceso grande, que exige el tratamiento antes indicado. La mayor parte de las veces, el panadizo se presenta en las personas cuyo cuerpo contiene gran cantidad de materias purulentas. De aquí que sea necesario actuar, no sólo sobre el dedo y la mano, sino también sobre todo el cuerpo. Para la mano y el dedo, se emplea el fajamiento; es decir, se faja el dedo dando dos, tres, cuatro vueltas con un lienzo empapado en cocimiento de cola de caballo silvestre, para impedir la caries del hueso, mientras que á la mano y al brazo se dan dos vueltas con un lienzo empapado en cocimiento de flores de heno ó de col (que es mejor que agua sola), debiendo renovarlos cada vez que se sequen ó que aumenten los dolores. Todos los días se actuará sobre el cuerpo entero por medio de uno ó dos fajamientos de medio cuerpo, y la bata hidroterápica por espacio de una hora. Pasada la primera semana no se aplicarán los fajamientos sino cada dos ó tres días. En cuanto á las afusiones superiores é inferiores, hay que ir con cuidado y no emplearlas sino más tarde como confortantes, cuando se haya conseguido la resolución y la eliminación. Cuando el panadizo esté maduro, lo que se indica por la blandura y el color azulado en algún punto no hay que vacilar en abrirlo y comprimirlo,

sin asustarse de que la sangre corra con el pus. Al fin esta sangre habia de convertirse tambien en pus y no hay mal ninguno en aligerar el dedo de ella. El miedo de abrir demasiado pronto un absceso es infundado, cuando se sigue el tratamiento del agua, y es muy fundado, por el contrario, cuando se recurre á los ungüentos.

La curación del panadizo se consigue también por el medio siguiente, empleado con frecuencia para ganar tiempo: dos ó tres veces al día se sumergen el dedo, la mano y el antebrazo en un cocimiento, no muy caliente, de flores de heno, durante media hora; el fajamiento del dedo, del brazo y del cuerpo es lo mismo que en el procedimiento anterior.

Andrés, el jardinero, tenía el pulgar de la mano derecha en un estado horrible; la hinchazón era enorme, el dedo entero había perdido el dermis; era como una masa de carne mortificada y purulenta, que en algunos sitios dejaba el hueso al descubierto. El médico habia declarado que era precisa la amputación de la mano para salvar la vida del paciente. Yo miré aquella mano y pedí á Dios una inspiración para salvarla. La examiné detenidamente, y reflexioné. El hueso, en parte descubierto, tiene (y esto es para mí de gran importancia) buen aspecto; todavía no ha sido atacado; el pulgar, tan horriblemente hinchado y repugnante, es como una cloaca en la que se vierten los humores corrompidos de todo el cuerpo. Estas materias corrosivas aumentan la hinchazón, irritan la carne é infectan cuanto tocan. Es, pues, necesario que sobre el pulgar, medio podrido, se ejerza una acción más enérgica que so-

bre el resto del cuerpo, á fin de que cese de envenenarse y gangrenarse. Hecha esta reflexión, me dispuse á comenzar el tratamiento. El pulgar y la mano se fajaron con lienzos empapados en cocimiento de flores de heno y de cola de caballo (cociendo juntas ambas hierbas), y renovando estas fajas cuatro ó ó cinco veces al día. Se aplicó, además, una faja de medio cuerpo todos los días, y tres veces por semana la bata hidroterápica. Diariamente se regó el dedo ulcerado con una disolución muy ligera de alumbre, con objeto de limpiarlo de putrílagos. Antes de cuatro semanas, el dedo y la mano estaban fuera de peligro. Alrededor del hueso, que en realidad no había sido atacado por la necrosis, se formó una nueva masa carnosa, que restableció completamente el dedo, excepto la uña. El buen hombre pudo entregarse, como antes, á sus trabajos de jardinería, y así vivió largos años.

4. Cáncer.

El cáncer es muy frecuente en nuestros días, y presenta infinitas variedades, no habiendo apenas parte del cuerpo que esté libre de sus ataques. Cuando ha alcanzado gran extensión, no me atrevo á emplear tratamiento ninguno hidroterápico; la sangre y los humores están ya demasiado alterados.

El cáncer es contagioso, sobre todo cuando en la sangre ó en los humores de un individuo existe predisposición congénita ó adquirida.

Conozco á dos cónyuges que visitaron á una tía suya, que tenía un cáncer en la lengua, y que no sos-

pechando que se habían contagiado del terrible mal, fueron advertidos de él por sus estragos; la mujer tenía á los tres días una hinchazón considerable en la mitad de la lengua; al hombre se le hinchó y se le ulceró el labio inferior; entonces se dieron cuenta de su estado, y presa de la mayor consternación, vinieron á mi casa: ante todo procuré reanimarlos y desvanecer su temor. Después les aconsejé que se lavasen bien la boca, sobre todo las partes atacadas, cuatro veces el primer día, con agua de alumbre, repetir la loción al día siguiente con agua de acíbar y continuar así algún tiempo, tomando además cada dos días un baño de vapor en la cabeza, y alternando con él un fajamiento del cuello.

Ambos quedaron libres de su enfermedad; yo mismo no hubiera creído que un gran terror pudiera provocar, por efecto del contagio, esta horrible enfermedad. Más tarde supe que un médico había declarado que estaban contagiados de cáncer. He visto casos de enfermedades cancerosas apenas iniciadas, ó en un período poco avanzado de su desarrollo. Todo mi tratamiento se reducía exclusivamente á purificar la sangre y los humores; y sin gran trabajo, he conseguido la curación en todos estos casos.

Los sitios de elección del cáncer son, principalmente, el pecho, los labios, las mejillas, la lengua, el estómago, etc.

Hablemos ahora del cáncer del estómago, que se encuentra con mucha frecuencia. Pero digamos antes que los vómitos frecuentes y la sensación de ardor en el estómago no son síntomas ciertos y seguros de este cáncer.

Las personas que lo padezcan no deben comer nada ácido, y hacer poco uso de la sal, de la pimienta y demás especias en los alimentos. Una alimentación vulgar y una bebida más vulgar todavía; sobre todo, la alimentación láctea constituye el mejor remedio.

Por lo demás, el tratamiento de las úlceras exteriores no muy extensas nos indica la manera de curar las que se alojan en el interior del cuerpo. Se puede muy bien curar una úlcera de un dedo, envolviendo éste en un lienzo empapado en agua. Esto deterge y cura. ¿Por qué no han de curarse las úlceras internas tomando por algún tiempo una cucharada de agua cada media hora, ó preparando una infusión de plantas medicinales, para tomar una cucharada cada hora ó cada media, en vez de vaciar la taza de un solo trago? Probad á hacerlo con la infusión de ajenjo ó de salvia, separadas ó mezcladas á partes iguales. O, mejor, tomad un poco de polvo de acíbar, disolvedlo en un cuarto de litro de agua, y tomad de ella una cucharada cada hora. Pero tened presente que no se debe hacer uso de este último medicamento más que medio día, y con intervalos de dos ó tres días.

El agua de col, que recogeréis en cualquier vasija en que se tengan coles, es un excelente remedio doméstico, de que puede disponer hasta el más pobre. Se mezcla una cucharada de esta agua con seis ú ocho de agua común, y se toma una cucharada de la mezcla de hora en hora; generalmente produce buen resultado, y cuando no se consigue, por lo menos no es perjudicial. Semejante medicina es siempre más útil y más segura que todas las drogas

más ó menos venenosas. También produce buen éxito la infusión de llantén.

Como remedios externos, recomiendo á los enfermos de esta clase que se apliquen al bajo vientre, por espacio de hora y media ó dos horas, una compresa, plegada dos ó cuatro veces, y empapada en un cocimiento de flores de heno ó de cola de caballo, ó de ramas de pino, mejor que en agua sola.

En el caso de que los tumores cancerosos hayan echado raíces y desarrollo en el estómago, no hay que pensar en la curación: la obra de destrucción sólo se verá detenida por la muerte.

5. Hidropesía.

Cuando llueve tenazmente y el sol no se deja ver, el agua acaba por no infiltrarse en ciertos terrenos y no ser evaporada por los rayos solares. Se forman charcos y lodazales, en los que el agua estancada se altera, se corrompe, y ejerce, por último, una influencia poco favorable sobre la vegetación de los sitios próximos.

Casi esto mismo sucede en el cuerpo humano, cuando va á empezar la hidropesía; enfermedad que se desarrolla en organismos cuyos humores son muy acuosos y que carecen de fuerzas vitales. Ahora bien: siendo la sangre la que alimenta los órganos, el manantial de la vida de donde todas las partes que constituyen el cuerpo toman lo que necesitan, claro es que una sangre enferma, semejante al agua hedionda de un cenagal, no puede dar las sustancias que engendran la vida y las fuerzas. De

ahí la carne blanduja, los vasos sin elasticidad y las obstrucciones, signos precursores de la hidropesía.

El aspecto exterior revela claramente el estado patológico. Los jóvenes parecen súbitamente cambiados en viejos; el cutis está ajado, los músculos y los nervios cuelgan de los huesos como cuerdas rotas de un instrumento; en diferentes sitios, y sobre todo alrededor de los ojos, se forman quistes serosos, (apostemas). Basta tocar la piel del enfermo, para sentir cómo las moléculas de agua ceden á la presión, el cuerpo entero se llena de estas apostemas que parecen mendigar la sangre y no reciben más que agua.

Hay varias clases de hidropesía. Si se producen las obstrucciones entre la piel y los músculos, se tratará de la hidropesía subcutánea, ó *anasarca*. Si el inundado es el abdomen en uno ó varios sitios, es la hidropesía del vientre, ó *ascitis*. Otras veces el derrame seroso invade el pericardio. Por último, el hidrotórax es la hidropesía del pecho ó acumulación de serosidad en una ó en ambas pleuras (membranas que tapizan el interior del pecho).

La hidropesía viene generalmente á consecuencia de gran número de enfermedades, y el enfermo en este caso no hace muchas Navidades. Para bastantes personas, la hidropesía es mensajera de la muerte; es, digámoslo así, la última ola que hace zozobrar el averiado barco de la vida. Se fija, sobre todo, en los convalecientes de escarlatina; si la curación no ha sido completa; si han quedado principios morbosos, que la naturaleza no ha tenido fuerzas para eliminar, entonces el cuerpo entero empieza á hincharse.

Si la hidropesía ha hecho grandes progresos, es muy difícil alcanzar la curación, porque la sangre está demasiado empobrecida. En su principio, y no estando muy avanzada la descomposición, es fácil curar esta enfermedad, haciendo evacuar el agua merced á remedios internos y externos. Algunos ejemplos darán idea más clara de mi procedimiento:

Una campesina como de cuarenta y ocho años fué víctima de la hinchazón general; no podía andar sino muy trabajosamente; la debilidad era considerable; la respiración penosa: la aconsejé que pusiera á macerar romero en vino y bebiera dos cuartillos diarios de este líquido. Este vino aromático la confortó extraordinariamente, según dijo, y la hizo eliminar gran cantidad de agua. Al exterior empleó por algunos días seguidos el fajamiento de medio cuerpo, aplicado por espacio de hora y media, y durante cuatro semanas dos baños de medio cuerpo diarios, de un minuto de duración, con loción superior. La campesina curó y pudo entregarse sin molestia á sus ocupaciones.

Un muchacho de doce años había padecido la escarlatina y recobrado la salud, en opinión de todos; seis semanas después tuvo la hidropesía, hinchándose todo su cuerpo. Una camisa empapada en agua de sal por espacio de hora y media durante tres días seguidos, le devolvió la salud.

Una mujer de cincuenta y cuatro años padeció la hidropesía del vientre: los pies, las piernas y el

cuerpo estaban, según me contaron, extremadamente hinchados. Ordené á la hija de la enferma que todos los días hiciese cocer durante tres minutos, dos puñaditos de raíces de yezgo reducidas á polvo y mezclados con medio litro de agua, y que le diese este cocimiento en dos ó tres veces durante el día. Además, hice que le aplicasen un fajamiento inferior, de una hora de duración, por espacio de una semana. Durante los diez días siguientes, no se empleó el fajamiento más que cada dos días; y solamente cada tres, durante las dos semanas que siguieron. La enferma evacuó grandes cantidades de orina, y quedó bien de salud á las tres semanas. He notado que las raíces de yezgo son el mejor remedio interno en las ascitis (1). En la hidropesía del corazón y en el hidrotórax, prefiero el romero. Como aplicaciones de agua en la hidropesía del pericardio, recomiendo las compresas superiores una vez al día, y para uso interno el vino de romero antes mencionado, en dosis de un cuarto de litro al día.

Jorge, hombre de treinta y seis años, experimentó la hinchazón del cuerpo en ocho días; los pies, las piernas, las manos, el cuello y la cabeza estaban tumefactos, y bajo la piel se había acumulado una masa de agua. Usó la bata hidroterápica dos veces al día, por espacio de ocho. Sólo una vez durante los nueve días siguientes, y una vez cada tres días durante los diez últimos. Como á esta bata la lla-

(1) Los granos de nebrina tomados en infusión, gozan de buena fama como medicina casera; su acción es buena efectivamente, pero siempre débil. El efecto producido por las raíces de yezgo es mucho más fuerte y más duradero.

man en mi establecimiento la capa española, me decía riendo: «me he españolizado completamente; el clima no es muy español, que digamos; pero me prueba bien, y me encuentro restablecido».

Un tabernero me escribió: «Se me ha hinchado todo el cuerpo: el médico dice que es hidropesía; he tomado muchas medicinas, pero el mal empeora cada día; mi pierna izquierda, y sobre todo el muslo, parece que van á romperse; la pierna derecha empieza también á hincharse; la sed me atormenta mucho, pero la cerveza me la aumenta, y el agua tampoco me la quita. ¿He de morirme de esto, ó existe algún remedio para mí?»

Le contesté que empleara el tratamiento siguiente: 1) Cada día una afusión superior y otra á las rodillas. 2) Tres fajamientos de medio cuerpo durante la semana, de hora y media cada uno, y el lienzo plegado cuatro ó seis veces. 3) Todas las noches loción completa, dejando el lecho y volviendo á acostarse sin enjugarse. Continuad este tratamiento durante tres semanas, y escribidme después.

Las noticias fueron muy favorables, y para en adelante le prescribí las aplicaciones siguientes: 1) Tres baños de medio cuerpo, de un minuto de duración cada semana. 2) Tres afusiones dorsales cada semana. 3) La bata hidroterápica, dos veces, aplicada por espacio de hora y media. 4) Todos los días una taza, tomada en tres veces, de infusión de granos de nebrina machacados, y un poco de cola de caballo, cociendo la mezcla diez minutos.

A las seis semanas, el enfermo estaba completamente restablecido, y tres meses después de la cu-

ración, y cuando cumplía cincuenta años, me escribió que se encontraba divinamente, y que habían vuelto el apetito y el sueño.

Debemos hacer una observación muy importante, porque nada más fácil, para los que han practicado poco la hidroterapia, que dejarse engañar por ella y engañar á los demás. *En la hidropesía jamás se debe emplear el agua caliente*, ni en forma de baño de vapor, ni en forma de baño caliente. Esto haría adelantar extraordinariamente la enfermedad, porque el agua caliente reblandece y enerva, y la blandura y la indolencia de los órganos constituyen el mayor peligro de la hidropesía.

Las aplicaciones más frías de agua son las mejores en este caso, teniendo cuidado de no prolongarlas y no desobedecer las prescripciones, porque cuando la sangre está empobrecida, el calor natural es débil.

V

ENFERMEDADES DE LA PIEL

Como membrana de muy complicada estructura, la piel goza de propiedades vitales muy activas, y por lo mismo es á expuesta á enfermedades tan varias como complejas. En este capítulo nos ocuparemos del *sudor*, de las *erupciones*, de la *escarlatina*, de la *erisipela*, de las *herpes*, del *eczema*, de la *viruela*, de la *vacuna*, de la *sarna*, de la *difteria*, de las *quemaduras* y de las *úlceras de los pies y de las piernas*.

1. Sudor.

A. *Sudor fétido en los pies.*—¿Por qué inexplicable fatalidad se produce en mis pies este sudor, cuya fetidez me persigue por todas partes? En estos términos se quejan infinidad de personas. ¿En qué consiste, se preguntan, que tan á menudo se sienta en los pies, primero frío, después cierto picor, escozor más tarde, y este olor por último?

Es una fatalidad, en efecto; pero más fatales aún suelen ser en la mayor parte de los casos las conse-

cuencias á que da lugar la desaparición del sudor de los pies. Conozco á un sujeto, á quien para curarse el sudor de los pies le aconsejaron que los lavase diariamente varias veces con agua fría. Consiguió, efectivamente, que el sudor disminuyese y acabara por desaparecer completamente; pero ¿cuáles fueron las consecuencias? Una enfermedad molesta y peligrosa vengó la desaparición del sudor de los pies. Y yo pregunto á toda persona razonable: ¿cómo es posible que no sobrevengan enfermedades? El que quiera hacer salir á la zorra de su guarida, no empezará por tapar la boca del cubil. Los gorriones silbarían á semejante cazador, y hasta las liebres se reirían de él.

El sudor de los pies es sencillamente producto de humores pútridos que infectan y corrompen los vasos. He ahí la causa de la terrible fetidez de que huyen los hombres y hasta los animales, y que aisla á los desgraciados que la padecen.

En presencia de este mal, ¿cuál ha de ser nuestra conducta? Si se mancha un traje con brea, cuyo mal olor transciende á gran distancia, á nadie se le ocurrirá, para limpiarlo, pasarle de vez en cuando una esponja.

Se prepara, por el contrario, una buena lejía, que penetrará la tela de parte á parte y extraerá aquella sustancia pegajosa. Del mismo modo no se podrá dominar el sudor de los pies, sino á beneficio de una acción disolvente y eliminadora que arrastre los humores pútridos, cualquiera que sea la profundidad á que se hayan infiltrado. Además, hay que curar la piel y los vasos, alterados por esos humores.

El tratamiento mejor y más seguro consiste en

envolver ambos pies con lienzos empapados de cocimiento de flores de heno ó de ramas de pino. Estas dos plantas ejercen una acción saludable y confortante, y estos fomentos atraen y absorben los elementos pútridos. Aplicad cinco ó seis fomentos en diez días: después, y por espacio de dos semanas, un baño caliente de los pies, que llegue hasta las pantorrillas, y dure diez minutos, todos los días, aplicándolo con tres alternativas, cada una de las cuales irá seguida de ablución fría, que no durará más que un minuto. Para más adelante, bastará un fajamiento de los pies ó un baño de los mismos (tales como queda dicho) una vez por semana. Cuando el sudor haya desaparecido, será muy conveniente de vez en cuando un paseo de un cuarto de hora de duración, con los pies desnudos, por la hierba mojada; si no podéis darlo, hacedlo en vuestra habitación, con los pies desnudos, durante algunos minutos antes de acostarse. No podéis tener idea de cuánto refresca, conforta y endurece este paseo; los pies así desnudos, libres del calcetín de lana, gozan algunos instantes de libertad. *Probatum est.* La práctica saca maestro.

B. *Sudor malsano.*—No es solamente el sudor de los pies el que huele mal; encuéntrase á veces un sudor fétido del cuerpo. Un señor de elevado rango transpiraba de tal modo durante la noche, que al despertar había mojado el colchón y chorreaban la almohada y las cubiertas, lo cual constituía para él una cruz pesadísima, de la que se lamentaba todas las noches al acostarse. A esta aflicción se añadía otra no menos molesta: á pesar de sus cuidados para abrigarse, no conseguía verse libre del ca-

tarro durante el invierno. Añadid la transpiración continua, cuyo olor se dejaba sentir de muy lejos. Realmente la enfermedad no podía ser más molesta, sin contar las molestias causadas por los medicamentos.

En semejante caso, no hay que pensar en una curación rápida, sino en un restablecimiento gradual y lento del cuerpo, extenuado á fuerza de sudores, y procurar la eliminación incesante de los humores morbosos. El enfermo no debe impacientarse. El maestro sabe ya por experiencia cuánta es la eficacia del agua, empleada con constancia en este caso, y cómo la salud recompensa la perseverancia en el tratamiento. Este se compone de las siguientes aplicaciones: Tres veces por semana, la bata hidroterápica. Si las ocupaciones no os lo permiten durante el día, ponéosla como camisa de dormir y tenedla hora y media ó dos horas. Laváos dos ó tres veces á la semana, y si tenéis, como nuestro enfermo, insomnios, hacedlo dos ó tres veces en la misma noche abandonando el lecho. Si estuvieseis transpirando, laváos por lo mismo con más energía; y, á toda prisa, volvéos á acostar sin enjugaros y abrigáos bien. Será conveniente para esta aplicación, que la alcoba no esté muy fría. Fijáos bien en que debéis empezar las aplicaciones por la bata hidroterápica; para ventaja vuestra, sus buenos resultados os irán obligando á seguir usándola, por lo menos una vez á la semana, por espacio de hora y media ó dos horas. El provecho será completo si os administráis una loción completa semanalmente. Conozco á infinidad de personas que habiendo desterrado la preocupación de que «semejantes aplicaciones no pueden ser

buenas», son ahora partidarias del sistema, después de haber sido sus enemigos. También el falderillo se resiste y gime cuando voy á echarle agua. Conozco á muchos héroes, de éstos que en un principio chapoteaban y castañeteaban los dientes, que han sido luego excelentes nadadores.

C. *Sudor abundante.*—Hay naturalezas que trasnpiran tanto y tan fácilmente, que se sienten bañadas en sudor al menor esfuerzo, y que sólo por esto, prescindiendo de la debilidad y de la fatiga, están muy expuestas á los catarros, enfriamientos, inflamaciones, etc.

Cierto empleado vino un día á decirme que no se encontraba bien; que su respiración era muy penosa y que los médicos suponían que estaba enfermo del hígado y de los riñones. «Para colmo de desgracias, añadió, no resisto medicina ninguna y vomito hasta el contenido de una cuchara. — «Para colmo de dicha, querréis decir, respondí al enfermo, cuyos vestidos olían desde muy lejos. ¿Os despertáis sudando, verdad? ¿Y transpiráis mucho al andar?— «En efecto, ¿cómo lo sabéis?» replicó asombrado. En vez de satisfacer su curiosidad le aconsejé que dispusiera un baño en su casa, á fin de que al entrar en ella sudando, pudiera desnudarse rápidamente y sentarse en el baño, cuya agua debía llegarle al epigastrio, y así sentado, lavarse rápida y enérgicamente la parte superior del cuerpo. Toda la operación no debe durar más de un minuto. Después añadí: «vestíos aprisa, sin enjugaros y paseáos por la habitación durante un cuarto de hora»—«¡Cómo! ex-

clamó el empleado: sin duda el señor cura se burla de mí; eso me produciría, de seguro, una aplopleJía fulminante; siempre se me ha advertido que evite hasta la menor humedad y el más pequeño enfriamiento; y ahora queréis hacerme entrar en un baño de agua fría: ¡lo hacéis, sin duda, para burlaros!

Estas palabras no me alteraron, pero necesité de toda mi elocuencia, para convencerle de la inocuidad de mi sistema. Entre otras cosas, le dije: «Cuando entráis en casa nadando en sudor, hasta el punto de que éste os corre por la cara y se os pegan los dedos, ¿tenéis miedo á lavaros cara y manos?

—¡Oh! no; siempre lo hago.

—¿Y esto os ha ocasionado alguna vez la menor molestia?

Reflexionó un momento, temiendo sin duda mi réplica, y profirió por fin, un *no* bien categórico.

—Pues bien, dispensad también ese beneficio al cuerpo sudoroso; prometedme hacerlo una vez siquiera.

Después de un momento de silencio, me lo prometió.

A los quince días volví á encontrarlo.

—¡Vamos, vivís todavía! ¿Cómo os ha ido?

—¡Ah, señor cura! Os estoy muy agradecido. Se me ha quitado el miedo: ¡qué bien me sienta la operación! ¿Puedo repetirla á menudo?

Con efecto; le probó tan bien, que desaparecieron poco á poco todas aquellas molestias. Aún vive, y está cerca de cumplir los ochenta. Si todas las personas á quienes he dado el mismo consejo hubiesen sido tan dóciles (hay muchos que se burlan de mí y se ríen en mis barbas), se hubieran evitado amar-

gos sufrimientos, hubieran prolongado su existencia, y quizá vivirían aún. La conservación de un edificio no es difícil con tal de que todos los años se le examine de arriba abajo, y se hagan las reparaciones necesarias. Los caprichos diarios, las extravagancias del ánimo, el mal humor, son otros tantos defectos en la estructura de nuestro pobre cuerpo; y ahora pensad cuántas veces por semana, por mes, por año, no se encuentra el hombre en tan sombría y malsana disposición.

La mayor parte de las veces, todas estas rarezas, estos estados extraordinarios, tienen origen en algún pequeño malestar, en alguna alteración interior del cuerpo. Son como grietas abiertas en los muros, ó como el musgo que crece sobre el frágil techo de la tienda de nuestra alma: no son peligrosos, pero sí incómodos, y el buen humor, la alegría y el contento interior desaparecen por ellos muchas veces. Otras, estos inconvenientes acaban por ser perjudiciales al cuerpo y al espíritu, y concluyen por disgustarle de la vida. Una sola aplicación, tal como la practicada por el empleado aludido, basta para modificar las disposiciones de gran número de hombres y devolverles el buen humor. No importa que alguno se burle de esta observación, que no será por eso menos cierta.

Hagamos otra á continuación, no menos necesaria. No hay seguramente en el mundo cosa tan terrible para muchos hombres, aun los más inteligentes, como el empleo del agua fría en plena transpiración. Este horror proviene, sin duda, de que tal ó cual persona que se encontraba transpirando, ha pasado á una atmósfera fría ó se ha expuesto á una

corriente de aire, ó se ha mojado de un modo cualquiera, comprometiendo su salud para siempre. Yo lo concedo, porque en este punto, como en tantos otros, no es la cosa misma lo que más importa, sino el *cómo*, es decir, la manera de aplicar el agua. Expongamos á este propósito los principios que me dicta una larga experiencia.

a) Exponerse al frío ó á una corriente de aire, sintiéndose bañado por el sudor ó humedecido por la lluvia, sería exponerse á un padecimiento.

b) Si se siente frío, no hay que hacer aplicación alguna de agua.

c) Si se ha mojado uno por la lluvia, hay que cambiar de vestidos lo más pronto posible.

d) Si, por el contrario, se está sudando, bien sea á causa de enfermedad, bien sea efecto de una marcha ó de un trabajo penoso, se puede tomar un baño frío, ó lavarse completamente con agua fría, teniendo cuidado de emplear en ello el menor tiempo posible; y sin enjugarse, ponerse de nuevo los vestidos secos y entregarse al movimiento hasta que se haya secado completamente la superficie cutánea. ¡Ojalá lleguen á comprenderlo así todos los espíritus reacios!

2. Erupciones de la piel.

Bajo esta denominación comprendemos todo ese conjunto, compuesto por los granos, las fístulas, las manchas y esos barros de difícil clasificación, que aparecen y desaparecen en el espacio de un día ó de una noche. Generalmente se presta poca importancia á estas erupciones, á pesar de que llegan á

ser muy molestas cuando se fijan en el pecho, la espalda, los brazos, las piernas y otros sitios. Sin que se pueda decir que se está enfermo y sin abandonar por eso las ocupaciones ordinarias, puede padecerse de ellas muchos años. Conozco sujetos que experimentaban perturbaciones morales cuando desaparecían las erupciones, y he visto dos casos, en los que esta desaparición llegó á producir la locura furiosa. El empleo del tratamiento descrito para los accesos y el herpetismo, hizo reaparecer la erupción y acabó con los trastornos cerebrales. No hay, pues, que despreciar estas bagatelas, por que pueden tener, si se descuida el aseo, grandes y graves consecuencias. Además de los trastornos nerviosos, pueden originar la consunción, la tisis, enfermedades del hígado y de los riñones, y otras varias. Allí donde se alojan el principio morboso y su virus, todo lo estropean, lo roen y lo destruyen.

Si empezáis á sentir estas molestias, os aconsejo que hagáis en tiempo oportuno, y antes de que sintáis los efectos mencionados, algunas aplicaciones de agua por semana (una vez cada tres días), que deben ser, por su orden, las lociones frías completas, la bata hidroterápica y el fajamiento de medio cuerpo. No os asustéis si después de alguna de estas aplicacionos aumentan las erupciones. Es una prueba de la eficacia del remedio. Guardáos, por lo tanto, de suspender las aplicaciones, que debéis continuar con más ánimo. Siguiendo este consejo, comprobaréis la verdad del adagio que dice que el fin corona la obra; es decir, que el fin del tratamiento bien aplicado, será también el fin de la erupción. Juzgue ahora el lector imparcial si, para esta clase

de limpiezas y curaciones de la piel, vale más emplear esos horribles y abominables ungüentos, llamados leche de belleza, bálsamo maravilloso, ú otros por este estilo, que emplear sencillamente el agua pura y cristalina: ¿qué utilidad pueden prestar todas estas drogas, anunciadas á bombo y platillo en los periódicos? Hay personas que se avergonzarían de que sus amigos ó sus parientes llegasen á saber que han recurrido á ese remedio de charlatán; y sin embargo, contra éste nada sirve. La humanidad seguirá, como hasta aquí, usando esos ungüentos. *Mundus, vult decipi*: lo que quiere decir, que la sociedad continuará tan engañada como hasta la fecha. *Habeat sibi.* He aquí la historia clínica de un labrador:

«Desde hace dos años padezco una erupción en la cara y en todo el cuerpo. A veces se nota poco, pero en ocasiones se hace muy molesta en tal ó cual sitio; fuera de eso no gozo de mala salud: pero si esta erupción se extiende mucho, como amenaza, no sé lo que me va á pasar. He hecho uso ya de gran número de remedios, y todo ha sido en vano.»

Le prescribí el tratamiento siguiente: 1) Dos baños calientes con paja de avena semanales, que dure 15 minutos cada uno de ellos, seguido de un baño frío de un minuto de duración y una loción enérgica. 2) Tres veces por semana, una loción fría completa durante la noche ó al levantarse. 3) Todos los días un poquito de polvo blanco del que queda descrito en la parte de esta obra relativa á la farmacia. Continuar así durante tres ó cuatro semanas, y después lavarse semanalmente una ó dos veces todo el cuerpo ó tomar un baño de medio cuerpo.

3. Escarlatina.

La fiebre escarlatinosa hace todos los años una ó dos apariciones, causando numerosas víctimas. De ordinario se ceba en los niños, pero no por eso deja de atacar á los adultos. Los pródromos son: dolor de cabeza, opresión en el pecho y estómago, malestar general y alternativas de calor y de frío. Cualquiera que sea la importancia de este mal, por el número de niños que arrebata, el remedio no es difícil. La mayor parte de los niños quedan fuera de peligro en un par de días; para los adultos se requiere un poco más de tiempo. La fiebre escarlatinosa puede curarse fácilmente de dos maneras distintas.

Si un niño, sea de pecho ó más crecido, presenta los síntomas de esta enfermedad, echad un poco de sal en agua caliente, empapad en ella una camisa, retorcedla un poco para que no gotee, y ponédsela al niño, que deberá estar en la cama. Envolvedle con una cubierta de lana para que no le entre el aire, y dejadle tranquilamente acostado durante una hora. Quitadle después la camisa y veréis el cuerpo del enfermo sembrado de exantemas rojizos. Si fuera mucho el calor, lavad al niño todo el cuerpo, pero con rapidez, y volved á acostarle. En los casos difíciles en que el calor y la ansiedad aumentan, puede recurrirse á la camisa mojada, dos ó tres veces por día, y en ocasiones hasta cuatro. Esto depende únicamente del calor y de la intensidad de la fiebre; si éstos disminuyen, pueden prolongarse los intervalos que separan las aplicaciones de la camisa mojada. Tened en cuenta que, para estas operaciones ulteriores, se

emplea siempre el agua fría mezclada con vinagre, y que es necesario envolver y cubrir al enfermo, aunque nunca demasiado. Quitada la camisa húmeda, se le pone una camisa limpia. Con este tratamiento se cura completamente la escarlatina en cuatro ó á lo más en seis días.

Hagamos observar que el enfermo rara vez tiene apetito, y que no conviene hacerle comer á la fuerza (la erupción existe en el interior, lo mismo que en la piel). La sed es extraordinaria, y el agua es siempre el mejor medio de calmarla, mezclándole un poco de azúcar ó un poco de vino, blanco ó tinto. Los niños de los campesinos prefieren la leche. Tened en cuenta el principio de que conviene beber poco, pero á menudo. No creo que un niño tratado de esta manera pueda sucumbir al padecimiento.

Un niño de diez años, llamado Luis, presentó una fiebre tan intensa, que no podía hablar. La cara estaba encendida, y el malestar era general; como tenía mucho calor y gran ansiedad, lavamos á Luis de hora en hora, durante dos días; al tercero, el niño pudo comer. La loción, solamente dos veces al día desde el tercero. Al quinto, desapareció el malestar; al día siguiente abandonó el lecho, sin salir de la habitación, y muy pronto volvió á sus juegos con los otros chicos.

María, joven de veinte años, no puede andar; se queja de un violento dolor de cabeza, fatiga y dolores generales. También presenta tos seca y terrible opresión en el pecho. La ansiedad la tiene como sobrecogida; no sabe qué hacer, ni puede

abandonar el lecho un instante; todo alimento le repugna, pero la sed es extraordinaria.

Es indudable que va á presentarse una escarlatina intensa.

De hora en hora hay que lavarle enérgicamente la espalda con agua fría, en la que se haya echado un poco de sal; y lo mismo el pecho y el vientre. Lavada de este modo, hay que envolverla rápidamente, aunque sin sofocarla.

Continué este tratamiento durante dos días, en los cuales la enferma no comió nada, pero bebió con alguna abundancia. La escarlatina desapareció, dejando escamas y costras. La sed disminuyó, y la enferma tuvo que ser lavada dos veces al día, por espacio de tres ó cuatro, y tres veces si el calor aumentaba. Tres días más tarde, la escarlatina había desaparecido.

Juan, un chico de trece años, se siente muy mal desde hace algunos días; ha perdido las ganas de trabajar y la alegría. De pronto empieza á hinchársele el cuerpo, sobre todo la cabeza, el vientre y los pies. El muchacho está amenazado de una hidropesía. Había pasado la escarlatina hacía seis semanas, pero sin que la enfermedad alcanzase su desarrollo normal.

En ocho días se ha aplicado seis veces una camisa empapada en agua de sal caliente, envolviéndose después en una cubierta de lana; al cabo de diez días, estaba tan bueno y tan alegre como siempre. Hagamos observar que si la fiebre escarlatinosa no queda completamente curada y deja elementos morbosos en el cuerpo, puede venir muy bien la hi-

dropesía; pero ésta es fácilmente curable por los procedimientos ya descritos.

Crescencia, mujer de sesenta y cinco años, ha caído en cama hace dos días; se queja de violentas punzadas en la espalda, y picor y escozor en el pecho. Según dice, se ha acostado, porque sentía un gran frío, pero ahora ha entrado en calor; no puede comer, pero tiene sed. La prescribo lo siguiente: «Lavarle la espalda con agua fría de hora en hora durante el primer día, ayudándonos ella misma para lavar, al mismo tiempo que la espalda, el pecho y el vientre. Al día siguiente, sólo hay que hacer cuatro veces esta operación, y al tercero, basta con dos. Desde el cuarto día empieza á mejorar la enferma; se repitieron aún las aplicaciones varias veces durante tres días, y volvió completamente á la salud. La enferma, durante el tratamiento, ha comido poco, y ha bebido agua y leche cuajada.

Una chica como de veinticuatro años, bastante robusta y que siempre había gozado de buena salud, fué atacada de la escarlatina, que en ocho días tomó tal incremento, como rara vez se habrá visto. La enferma pidió inmediatamente ser tratada por el agua, en la que tenía gran confianza, desde que una hermana suya se había curado una enfermedad grave, merced al tratamiento hidroterápico. Se la aconsejó que se lavara ó que la lavaran de hora en hora la espalda, el pecho y el vientre, y después brazos y piernas. El intervalo de una hora le pareció muy largo. La fiebre se hizo tan intensa, que durante cinco días más hubo que renovar la loción cada media hora.

No ha comido casi nada, y bebía poco y en pequeñas dosis. A pesar del empleo exacto de las aplicaciones de agua, no se dominó la fiebre hasta pasados diez días; desapareció la erupción en diferentes sitios, pero fueron precisas dos semanas para que se borrase completamente, y la enferma recobrara la salud. ¿Cuál hubiera sido la triste suerte de esta enferma, si con una fiebre tan ardiente, y consumido su cuerpo por semejante fuego, no hubiera tenido para uso interno más que algunas cucharadas de poción? No necesito contestar á esta pregunta, y sí hacer observar que, en estas fiebres, el interior del organismo está completamente inactivo. De esta curación de la fiebre escarlatina en tan alto grado de violencia, puede deducirse, cuando ésta sea menor, el tratamiento. El agua, empleada con exactitud, es un remedio fácil y seguro.

4. Erisipela.

La erisipela tiene su origen en un virus que se acumula entre la piel y los músculos, y busca una salida por alguna parte, pudiendo atacar cualquiera de las del cuerpo. Va siempre acompañada de gran distensión de la piel, como si ésta fuese insuficiente y estuviera próxima á estallar. Alguna vez tarda mucho tiempo en presentarse en la superficie, y se hace muy dolorosa. Cuando aparece, se ven formarse pequeñas vesículas de todos tamaños, que contienen un líquido violáceo y que se multiplican hasta lo infinito; este líquido corroe la piel en todo su grosor. La erisipela puede ser peligrosa, y aun mortal, si no

llega á manifestarse al exterior; si produce interiormente una intoxicación de la sangre que obra con rapidez, por el aflujo de dicho líquido á la parte inflamada. Muy á menudo se observa que la erisipela, después de haberse manifestado al exterior, desaparece y se aloja interiormente en otro sitio. Estos casos suelen tener un desenlace fatal.

He conocido á un criado que tuvo la erisipela en un brazo, sin darle importancia. El mal desapareció; pero fué á alojarse en el cerebro, y el enfermo no tardó en sucumbir.

Conozco también á un sacerdote que tuvo la erisipela en una pierna. No sé qué tratamiento emplearía; pero la erisipela desapareció, y el paciente se creyó libre de ella. Volvió, sin embargo, el parásito, presentándose esta vez en el antebrazo. Desapareció de nuevo, y se trasladó á la cabeza. A los cuatro días el eclesiástico había muerto.

Todos los que han observado atentamente esta enfermedad, habrán visto la frecuencia con que sobreviene la muerte, cuando se descuida la erisipela.

Lo primero que debe evitar el tratamiento, es que la erisipela cambie de sitio. En el punto en que se presenta en un principio es donde hay que atacarla con más rapidez, para quebrantarla y extraer sus elementos morbosos. También hay que cuidar, en lo posible, de impedir ó disminuir el aflujo de sangre.

Si se trata de una erisipela del pie ó de la pierna, emplead un fajamiento de medio cuerpo, que cortará los víveres á la parte atacada. Después del fajamiento de medio cuerpo, se aplicará otro; rodéese la pierna desde la parte superior de la erisipela hacia arriba. También se puede atacar directamente, empapando

un lienzo usado y muy ligero, en agua caliente; cubriendo con él la parte inflamada y poniendo encima un lienzo seco ó muletón. Este fomento resuelve y elimina.

Si el enfermo padece la erisipela en el brazo, se trata de apartar la sangre por medio de un fajamiento de medio cuerpo; después se aplicará un chal, que se renovará varias veces, según que la inflamación sea más ó menos intensa.

Si la erisipela aparece en la cabeza, la compresa superior ejercerá una revulsión enérgica hacia abajo, y un fajamiento en el cuello disminuirá muy pronto los elementos erisipelatosos. Cuando se haya practicado esta aplicación varias veces, se podrá obrar directamente sobre la parte atacada, primero por medio del agua caliente y después, cuando gran parte de los elementos morbosos haya sido desviada, lo que se conocerá en la disminución del enrojecimiento y de la hinchazón, por medio del agua fria. Las aplicaciones hidroterápicas se harán en forma de compresas de lienzo ó fajamientos para la cabeza.

Una mujer se me quejaba un día en estos términos: «Mi marido va á tener una erisipela de la cara. Tiene una fiebre muy alta; la cara está hinchada y roja, y en todos los puntos de su superficie aparecen pequeñas vesículas; da compasión oirle quejarse.» Id pronto, y aplicadle un chal empapado en agua caliente, le dije; quitadlo á los tres cuartos de hora, volvedlo á mojar, y aplicadlo de nuevo. Repetid esta operación tres veces, en lo que invertiréis unas tres horas. Tres ó cuatro horas después,

empaparéis en agua fría un lienzo plegado en cuatro dobleces; lo retorceréis y lo aplicaréis al bajo vientre por espacio de tres horas, volviendo á mojarlo en agua fría de hora en hora. Al cabo de tres, cuando hayáis quitado la compresa, haréis que se eche el enfermo sobre un lienzo plegado, empapado en agua fría y bien retorcido, permaneciendo así una hora. Estas tres aplicaciones pueden también practicarse una tras otra, hasta que se haya aplacado el calor y eliminado la materia morbosa. En cuanto á las placas erisipelatosas de la cara, bastará con lociones de agua tibia cuando la distensión de la piel sea muy molesta. Si es mucha la sed, el agua pura ó azucarada será lo mejor como bebida, pero sólo en pequeñas dosis.

Otra manera de curar la erisipela: dos veces al día se aplica al enfermo el chal durante tres horas, pero renovándolo cada hora; en el resto del día, se lavan de tres en tres cuartos de hora la espalda, el pecho y el vientre, ó, lo que es mejor, el cuerpo entero del enfermo con agua avinagrada; operación que no debe durar más de un minuto. Si rebaja la fiebre considerablemente, basta administrar la loción cada dos ó tres horas, y después una sola vez al día. Si al principio hemos hecho uso del agua caliente con vinagre, podrá emplearse luego el agua fría. Las vesículas de la cara sólo pueden lavarse de vez en cuando con agua tibia.

Con estos dos métodos se han curado varios enfermos de erisipela, sin que les haya resultado perjuicio alguno.

Josefina, de edad de veintidós años, robusta y vigorosa, fué atacada de cansancio súbito primero, y en seguida de una fiebre violenta; experimentaba gran ardor en toda la superficie de la piel, y al interior calofríos, mucha sed y falta de apetito. Al principio, á cada recargo del calor, se lavaba todo el cuerpo con agua caliente, y después con agua fresca durante tres días. Cedieron los calofríos, la cabeza se hinchó, y apareció la erisipela de una manera alarmante; la cara se cubrió de grandes vesículas, y la hinchazón de la boca fué extraordinaria. Durante cuatro días se aplicaron lociones de seis á diez veces al día, y dos veces diarias el chal; las dos primeras con agua caliente y después fría. Al tercer día sobrevino un sudor abundante, que duró cuarenta y ocho horas, y que terminó la curación; aplicándose la loción durante este período del sudor, dos veces al día. Este sudor fué espontáneo y las lociones lo favorecieron mucho. El tratamiento duró ocho días, y la enferma no tomó poción alguna. En cuanto á la cabeza, la paciente no ha hecho otra cosa, durante los tres últimos días, que lavarse la cara cada doce horas con agua tibia.

Un sacerdote de M. me escribió: «Yo había contraído una erisipela muy fuerte de la cara, á consecuencia, sin duda, de un enfriamiento; el calor del cuerpo era muy grande, el sudor muy abundante, y la hinchazón de la cara considerable. Hice que me lavaran cuatro ó cinco veces al día con agua fresca, y estando en plena transpiración, el pecho, el vientre, la espalda y los brazos, y alguna vez también las piernas, pero nunca la cara. Más tarde fuí dis-

minuyendo estas locioues, cuyo resultado fué muy feliz, pues mi salud llegó á restablecerse. Al cabo de cuatro días había desaparecido la fiebre, y al noveno pude salir de la alcoba. Continuaba sudando durante la noche; y en vista de esto, me levantaba, me lavaba el cuerpo con agua fría, poníame una camisa limpia y me volvía á acostar en seguida. Ya en otra ocasión padecí la misma enfermedad; pero entonces duró el tratamiento cuatro semanas, mientras que ahora el agua me ha restablecido en nueve días.»

5. Empeines ó herpétides.

Confiésenlo ó no, son muchas las personas á quienes molestan las afecciones herpéticas. Estos parásitos, extraordinariamente incómodos, se deslizan bajo el cuero cabelludo, en la espalda, pecho, etc., atacando alguna vez, como verdaderas sanguijuelas, los brazos y los pies, sobre todo las junturas de los dedos. Alguna vez puede ser heredada esta afección, pero en la mayor parte de los casos proviene de una vida desarreglada, mala alimentación ó bebidas nocivas, cosas todas que perturban los humores. Es grave y peligroso atacar este parásito por medio de cáusticos, bien en lociones ó fricciones como el jabón verde, y otros, bien al interior, como el mercurio, arsénico, etc. Es muy fácil hacerlos desaparecer de la piel; pero en ese caso las consecuencias pueden ser desagradables, y esto sin contar los estragos que en la superficie y en el interior de la piel causan los remedios cáusticos.

He aquí mi método curativo: *Al exterior no empleo más que agua tibia*, con objeto de arrastrar la grasa; cualquiera otro remedio es malo y perjudicial. Para uso interno recomiendo *los alimentos de fácil digestión*, sencillos y propios para engendrar humores sanos y para mejorar los humores existentes. Es necesario abstenerse en lo posible de todo lo que sea ácido, muy salado ó con mucha especia, y de toda bebida alcohólica: bastantes materias acres hay en la sangre. El tratamiento hidroterápico, es el siguiente: el primer día, un baño de vapor á la cabeza, y la bata hidroterápica; el segundo día, baño de vapor en los pies y el fajamiento inferior; al tercero, por la mañana, la bata hidroterápica, y después de medio día, fajamiento de medio cuerpo; descanso al cuarto día. El quinto lo pasará el enfermo en la cama, y se lavará rápidamente el cuerpo con agua fría, cada dos horas. Si esto le ofreciera dificultades, podrá levantarse; pero en tal caso, deberá tomar tres lociones diarias por mañana, medio día y tarde, haciendo en seguida ejercicio ó entregándose al trabajo corporal. Las aplicaciones de agua disminuirán en intensidad y en frecuencia, á medida que la enfermedad desaparezca, agotándose la trasudación y exhalación de humores morbosos, y dando lugar á la formación de una piel nueva.

Añadamos aquí una observación. La diferencia entre las herpes húmedas y las secas no tiene importancia respecto del tratamiento. Presumo que esta doble denominación no tiene razón de ser. Las herpes secas son aquellas en que la exudación es menos considerable y se transforma en seguida en

costra, que colora la superficie de la piel. Las húmedas presentan una exudación más abundante, y son, por esta razón, más desagradables, más peligrosas y más difíciles de curar. Las consecuencias de la desaparición de las herpes, cuando emigran al interior, son incalculables; siendo las más inmediatas, enfermedades graves que traen consigo el aniquilamiento y la muerte, ó, lo que es peor, la enajenación mental, como lo comprueba la práctica.

Recuerdo un teólogo que tenía en la mejilla izquierda una mancha tan redonda como si hubiera sido trazada con compás. Esta mancha consistía en una costra que cubría una úlcera, y se entreabría varias veces por hora, para dejar correr dos ó tres gotas de pus. Tenía también varias pustulitas en la cabeza. Había consultado á algunos médicos y empleado varios remedios, pero sin resultado. Le pregunté si había recibido alguna herida, y su respuesta negativa; á la que añadió que la enfermedad se había presentado espontáneamente, me hizo comprender lo que le ocurría, no dejándome lugar á duda la palidez y tinte enfermizo de la cara, más todavía que la exudación purulenta. El virus era producido por una diátesis.

Hace quince ó veinte años, gran número de personas se abrían y entretenían artificialmente lo que de ordinario se llamaban *fuentes* en los brazos ó en las piernas. Eran como cloacas, en las cuales vertía la naturaleza todo lo superfluo y todos los humores morbosos, razón por la cual la úlcera supuraba siempre. En el caso de que hablamos, la vigorosa naturaleza del sujeto habíase

abierto por sí misma aquel agujero, proveyéndole de su tapadera correspondiente.

Durante dòs semanas, el enfermo tomó cada dos días un baño de vapor en la cabeza y otros tantos en los pies; después llegó su turno al fajamiento de medio cuerpo y á la bata hidroterápica, de manera que hizo dos y aun tres aplicaciones diarias de agua. Al interior tomó la infusión de salvia, ajenjo y menta, que contribuyó á la mayor rapidez de la curación. Pronto se formó, bajo la costra, la piel nueva y tierna, indicio cierto de extinción del mal; es decir, de la completa resolución y eliminación de todos los elementos morbosos. Al cabo de tres semanas no era fácil distinguir en qué mejilla había existido la úlcera.

Una joven de veinticinco años me dijo: «He tenido grandes erupciones en toda la cabeza, y gran número de pustulitas en el cuero cabelludo; tengo las orejas llenas de escamas grandes, que caen de vez en cuando; padezco frecuentemente de jaqueca, y otras veces caigo en una insensibilidad absoluta; parece que tengo fuego en los ojos, que casi siempre me están supurando; hace mucho tiempo que no puedo respirar por las narices; y sobre todo siento un picor y un escozor tan fuertes, que me quitan el sueño.»

Tratamiento: 1) Dos baños calientes semanales, preparados con un cocimiento de paja de avena, administrados á 30 grados con dos alternativas: primero, quince minutos en el baño caliente, después un minuto en el agua fría ó una loción fría completa. 2) Dos baños de vapor en la cabeza cada sema-

na, de veinticinco á treinta minutos de duración. Dos lociones completas por semana. 3) Dos veces al día 25 gotas de ajenjo, en ocho ó diez cucharadas de agua.

Al cabo de cuatro semanas, las herpes y cuantos elementos morbosos había en aquel cuerpo estaban desterrados; pero para completar la eliminación y vigorizar la naturaleza, pasó todavía dos semanas empleando la mitad de las aplicaciones mencionadas.

Un comerciante, excesivamente grueso y como de unos cuarenta años, me contó lo siguiente: «Desde hace dos años padezco de herpes muy extensas en los antebrazos, en las manos (sin atacar á los dedos) y en las piernas; también tengo manchas en la espalda y en el pecho, y esto es causa de que sólo pueda dormir una ó dos horas por la noche. Por lo demás, tengo buen apetito y me encuentro fuerte.»

Le prescribí las aplicaciones siguientes: 1) Una loción completa todas las noches. 2) Dos baños calientes semanales (28° R.) con paja de avena, de media hora de duración, con loción completa á los catorce minutos y al salir del baño. 3) Todos los días afusión superior, seguida de afusión á las rodillas. 4) Todos los días dos puñaditos de polvo blanco.

Al cabo de cuatro semanas, nuestro hombre volvió perfectamente curado; pero para prevenir la vuelta del mal, hubo de lavarse completamente durante la noche, dos veces por semana, y tomar cada mes un baño en la forma que se ha dicho. Aun-

que estas aplicaciones, me dijo, no me fueran necesarias, las practicaría para conservar la fuerza y la frescura que me han procurado.

6. Eczema herpético del cuero cabelludo.

Una campesina joven me dijo: «Desde hace cerca de dos años vengo padeciendo de erupciones en la cabeza y aun en la cara; en la raiz del pelo se me forman muchos abscesos de diferente tamaño, que destilan un líquido acre. Al mismo tiempo siento frecuentemente grandes picores en todo el cuerpo, y en el interior un ardor continuo. Después de haber tomado muchos medicamentos, sobre todo purgantes, y sin el menor resultado, he recurrido al tratamiento por el agua, que me ha restablecido completamente en el espacio de seis semanas, por medio de las aplicaciones siguientes: 1) Tres veces por semana levantarme durante la noche, lavarme todo el cuerpo y volver á acostarme en seguida. 2) Ponerme dos veces por semana la camisa empapada en agua de sal. 3) Tomar cada semana un baño de vapor en la cabeza para curarla radicalmente y fortificarla. 4) Ponerme una vez por semana la camisa mojada, y lavarme completamente una ó dos veces. 5) Tomar para uso interno, dos veces al día, veinte gotas de extracto de retama en un vaso de agua.

7. Viruela.

La viruela es una especie de escarlatina en gran escala, la primera es más infecciosa que la segunda, llamada vulgarmente viruela pequeña; es benigna

en unos casos y maligna en otros. El tratamiento es el mismo para ambas variedades. Se dice vulgarmente que si la viruela se queda dentro, el enfermo se muere; es preciso, en consecuencia, poner gran cuidado en llamar el virus á la superficie de la piel lo antes posible, previniendo así el peor de los envenenamientos y efectuando una rápida eliminación.

Seis enfermos de varicela se curaron con lociones que se repetían, siempre que el calor aumentaba ó la ansiedad se hacía insoportable. Al principio se hacía preciso locionar de hora en hora, después cada dos horas y más tarde solo dos ó tres veces al día. Al séptimo día los seis enfermos estaban completamente curados. Puede decirse que no han comido nada, que es lo mejor, y han bebido bastante, lo cual no puede ser nocivo, siempre que se beba en pequeñas dosis. Todos los enfermos pueden tener por regla general, que el beber mucho de una vez no apaga la sed y, en cambio, aumenta la ansiedad.

A mí mismo me ha sorprendido con frecuencia la facilidad con que simples lociones atraen siempre la varicela á la superficie cutánea. Está caracterizada por vejiguillas puntiagudas que se destacan de la superficie de la piel, como las ranas que sacan la cabeza fuera del agua. Hay que locionar sin miedo; cuanto mayores son la rapidez y la exactitud en el procedimiento, más pronto se desarrollan las pústulas y antes se expulsa el humor purulento. Puede decirse que la loción arrastra el virus, antes de que tenga tiempo de formar úlceras.

Para terminar, procurad al enfermo la renovación de aire que tanto se temía en otro tiempo: que haya

siempre alguna abertura, por pequeña que sea, que lo deje penetrar.

La loción debe hacerse con rapidez y no durar nunca más de un minuto. De esta manera puede curarse la varicela en los adultos, tan fácilmente como la escarlatina en los niños. Tened siempre presente que la mejor aplicación es la más suave.

He visto cuatro enfermos de varicela que fueron curados, sin más que ponerse la camisa mojada dos ó tres veces al día, en vez de lociones. La bata hidroterápica hubiera tenido el mismo resultado. Al cabo de una hora se les quitaba la camisa, que no se les volvía á poner si no cuando el calor y la angustia eran considerables, lo cual no sucedía en los últimos días más que una ó dos veces en las veinticuatro horas. Al cabo de ocho días había terminado el tratamiento, sin dejar la menor huella de esos terribles costurones cicatriciales, que desfiguran la cara para toda la vida.

Otro enfermo, llamado Federico, se quejó de no poder andar; sus miembros estaban fatigados y quebrantados. Su semblante daba miedo: un dolor de cabeza muy fuerte y náuseas le molestaban mucho, lo mismo que la opresión del pecho. Llaman al médico y declara que son síntomas de varicela, que tardará todavía tres días en brotar; que mientras tanto no puede perjudicarle una purga, y que ninguna otra cosa puede hacerse. Al enfermo no satisfizo esta prescripción. Como había oído hablar de la hidroterapia, se hizo llevar un baño á la alcoba. De hora en hora se levantaba, se metía en el baño y se lavaba,

sirviéndose de un lienzo ordinario, empleando en cada lavatorio un minuto escaso. En dieciocho horas el enfermo se bañó dieciocho veces; no ha comido nada, se ha contentado con beber agua. Así se encontró radicalmente curado y restablecido de su varicela antes de que el médico volviese.

Acabo de saber que un amigo mío, fiel á mis consejos, ha curado en pocos días de la misma manera á cuatro ó cinco personas atacadas ya de la fiebre, y en peligro de que se presentara en ellas la varicela.

Si la viruela, la escarlatina ú otras enfermedades eruptivas reinan epidémicamente en algún punto, hay que aplicar el tratamiento en cuanto se presentan los síntomas. El método de expectacion es siempre peligroso. Da lugar á que se extienda el fuego y consuma rápidamente las fuerzas.

Si se apaga pronto, se apaga fácilmente; aguardar algunos días es exponerse á llegar demasiado tarde.

En cuanto un niño ó un adulto se quejan de cefalalgia, opresión, dificultad de respirar, tosen y afirman que tienen quebrantados ánimo y fuerzas, señalan con estos indicios el momento de aplicación del agua. Aun en los casos en que nos equivocáramos, las aplicaciones no podrían ser perjudiciales. Repitamos ahora las reglas generales, relativas al tratamiento de las enfermedades eruptivas. Las lociones deben ser tan cortas como sea posible, y extenderse á todo el cuerpo del paciente.

Después de la aplicación, hay que envolver á éste con cuidado, aunque sin exageración, preservándole del aire exterior. Débese cuidar de la renovación

del aire, pero evitando al mismo tiempo que llegue directamente á la cara del enfermo.

Repetid puntualmente las lociones, siempre que aumenten el calor y la ansiedad.

No obliguéis nunca á comer á un enfermo, sobre todo si es grave; el estómago indicará, por medio de la sensación del hambre, cuando está dispuesto de nuevo para el trabajo. Hasta entonces deja intacto el alimento con que se le quiere obligar, y que se convierte en una molestia, en un obstáculo para la curación, siendo algunas veces causa de una recaída.

¡Cuántas torpezas se cometen en este punto, sobre todo por las gentes del campo! Un cualquiera se acerca al enfermo, y con un celo mal entendido, aunque con la mejor intención, le obliga á comer y beber. Presentan al enfermo toda clase de golosinas, que le hacen el efecto de otros tantos venenos. Se le preparan las más raras bebidas, y se cometen así, por ignorancia, verdaderos crímenes contra la salud.

Cuando vuelva el apetito y el enfermo pida de comer y de beber, dadle poco alimento, y éste muy sencillo, poco salado, con poca especia y de fácil digestión; y nunca en cantidad que sacie su apetito. Como accesorios os recomiendo, sobre todo, frutas bien cocidas; el agua con un poco de vino y la leche, es lo que más aprovecha. Guardáos bien de dar al enfermo nada de confitería ó pastelería.

Son muchas las comarcas en las cuales se ha comenzado á emplear el agua como remedio contra la epidemia de la viruela, desgraciadamente de una manera demasiado brusca en muchos casos. Sería de desear que el empleo del agua se extendiese mucho más y se aplicase de manera más suave y cuidado-

sa, salvando así la vida á gran número de personas (1).

Me atrevo á sostener, fundado en mi experiencia, que no moriría casi ningún enfermo de viruela, que no tuviese al mismo tiempo otra afección. Leo con gran tristeza las estadísticas de los cientos y los miles de enfermos que arrebata al cabo del año esta enfermedad, ó mejor, las fiebres que la preceden y que la acompañan. El medio de apagar el fuego se encuentra en todas partes, sin que á menudo se emplee ni una sola gota en calmarlo.

Esto es incomprensible, y es de desear que la virtud curativa del agua, sea al fin reconocida y utilizada.

La curación de la viruela por medio del agua, tiene además la ventaja de que el virus no penetra jamás profundamente. He aquí por qué las cicatrices características de esta enfermedad no desfiguran nunca el rostro.

Las lociones que hemos prescrito en el caso anterior, pueden ser reemplazadas por la bata hidroterápica, puesta dos veces al día y tres en las fiebres intensas, cada vez por espacio de una hora ú hora y media.

No hay que olvidar nunca, después de cada aplicación, lavar cuidadosamente la bata, porque siempre contiene materias infectas.

Puede emplearse también otra aplicación, que con-

(1) La fuerza y la fiereza del toro más furioso, se quebranta por medio de un anillo con que se le atraviesa la nariz, y merced al cual se le lleva donde se quiere. La aplicación más moderada del agua es, por decirlo así, el anillo con que se atraviesan las narices en la enfermedad más peligrosa.

siste en mojar en agua un lienzo ordinario doblado, y después que el paciente se haya acostado, aplicarle sobre el pecho y bajo vientre en forma de compresa superior, y aplicar en seguida del mismo modo la compresa inferior. En caso de que el calor aumente, puede repetirse esta aplicación dos ó tres veces en el espacio de doce horas.

8. Vacuna (accidentes de la).

«Tengo en casa, me dijo un campesino de Baviera, un niño, á quien se le ha hinchado todo el cuerpo. Los pies son enormes, el vientre ha doblado de volumen, la cabeza está hinchada, así como la parte superior del cuerpo. Hace nueve meses que el pequeño enfermó, y el mal empeora de día en día; acá y allá se le presentan abscesos pequeños, tan pronto abiertos como cerrados, que se suceden sin cesar. He consultado á varios médicos, entre ellos á tres de Munich, y todo ha sido en vano.»

Mi consejo á este aldeano ha sido el siguiente: Coced flores de heno durante media hora, empapad en el cocimiento una camisa de lienzo burdo, ponédselo al niño, envolvedle con una cubierta de lana y dejadle así durante hora y media: renovad esta operación dos veces al día. Cada tres días echaréis en el líquido del baño gran cantidad de flores de heno. Los baños deben tener una tenperatura tal, que permita al niño estar á gusto en el agua veinticinco ó treinta minutos.

A los quince días de este tratamiento estaba el niño restablecido, alegre y con apetito. Las aplica-

ciones ulteriores fueron: Cada tres días el fajamiento descrito, por espacio de una hora; al cuarto día un baño caliente, y, al salir de él, una loción ligera y rápida, Así se procedió por espacio de diez ó doce días, al cabo de los cuales el enfermo estaba completamente curado.

«Yo no he estado enfermo nunca, me dijo otro sujeto; hace diez años que me hice vacunar, porque había mucha viruela en la población y porque se vacunaba todo el mundo. La vacuna no prendió, pero el punto de la inoculación, que fué en el brazo, quedó siempre un poco rojo y alrededor se produjo un pequeño exantema. Durante ocho años he notado que ganaba terreno esta inflamación, y ahora, al cabo de diez años, estas herpes húmedas me incomodan de tal modo, que no puedo encontrar descanso durante noches enteras. Estas herpes se desarrollan tan pronto en un brazo como en otro, y la misma alternativa observo en los pies. He empleado muchos remedios: los ungüentos de sustancias medicinales los he aplicado á la piel y he tomado gran cantidad de medicamentos, todo sin resultado.»

Tratamiento: es seguro que en este caso la sangre y los humores están viciados y las erupciones no son en suma sino la salida al exterior de esos humores. Es necesario, pues, actuar sobre todo el cuerpo, para resolver y eliminar todo lo que hay de morboso en dichos fluídos. En su consecuencia: 1) Tres veces por semana levantarse durante la noche, lavar todo el cuerpo y acostarse sin enjugarse. 2) Cada día lavar bien dos ó tres veces las partes afectas con un cocimiento de alholva. En lugar de la alholva,

se puede hacer uso con ventaja del acíbar disuelto en agua caliente, á cucharada de café de aquél por litro de ésta. 3) Ponerse dos veces por semana la bata hidroterápica.

Pasadas dos ó tres semanas con este tratamiento, bastará para en adelante un baño caliente seguido de baño frío, cada ocho ó cada quince días. También convendría tomar, durante este tratamiento, dos veces todos los días, una infusión de ajenjo en dosis de tres ó cuatro cucharadas.

9. Sarna.

Esta aborrecida enfermedad puede hacer grandes estragos, tanto en el exterior como en el interior del cuerpo. Es altamente deplorable que, para combatir á este huésped maléfico, se recurra frecuentemente á medios que, en vez de curar, dejan el cuerpo en el estado más lamentable. ¿Quién podría enumerar todos esos ungüentos y grasas, preparados con azufre, con aguardiente y cien cosas más? Todo lo que consiguen estas asquerosas pomadas, es cerrar completamente los poros; impedir por medio de la grasa la transpiración, tan necesaria para el bienestar del cuerpo, rechazar el sudor é impedir la evaporación en la piel, y envenenar así la sangre y los humores, originando grandes enfermedades y alguna vez la muerte. Este cuadro no es exagerado, y es desconsolador cuando se sabe con cuánta facilidad y rapidez podría curarse la sarna, sin peligro ninguno.

Un hombre de veintiocho años, bien constituído, vino un día solicitando mi asistencia; su aspecto me recordó en seguida el de una tabla apolillada; no había encontrado alivio en ninguna parte, y costaba trabajo saber á punto fijo lo que le faltaba. Le pregunté si había tenido alguna vez la sarna; me respondió afirmativamente, y añadió: «pero me la curaron en tres días;» «pues Dios me libre, le dije, de que me curen de ese modo.»

Precisamente en esas enfermedades, que autorizan á pensar, más que otras cualesquiera, en una intoxicación, hay que atenerse rigurosamente al siguiente principio: Todo lo superfluo debe ser expulsado del cuerpo; olvidarlo, sería lo mismo que criar cierta miseria en los vestidos ó en los cabellos, ó como criar insectos en los jardines ó ratones en el campo; mientras que aplicándolo al tratamiento del agua, se saca y se elimina lo que hay de morboso en el cuerpo, al mismo tiempo que se fortifica el organismo, poniéndole en condiciones de ayudarnos.

Nuestro enfermo principió por tomar, por espacio de tres días consecutivos, un baño caliente (33° R.) preparado con un cocimiento de ramas de pino (1) é interrumpido por tres alternativas. El uso del jabón le prestó excelentes servicios para abrir los poros y quitar la grasa. A los baños se añadían, durante la primera semana, lociones completas; de noche, fuera del lecho; y un cuarto baño caliente con ablución fría, á fin de vigorizar al enfermo; en la segunda semana un baño caliente con ablución fría, y un baño

(1) El extracto de hojas de pino sería conveniente; por mi parte, como buen aldeano, me contento, como los pobres, con ramas de pino, cuando dispongo fácilmente de ellas.

de medio cuerpo frío con loción de la parte superior del cuerpo; en la tercera semana un baño frío completo, y más adelante algunos baños calientes al mes. Si el restablecimiento no fuera muy rápido, se podría insistir en las dos últimas aplicaciones, y desde luego se puede asegurar que un baño caliente por semana produciría buenos resultados.

Al cabo de seis semanas, nuestro pobre enfermo estaba curado y pudo pensar en dedicarse á algo. Desde entonces no ha vuelto á sentir el menor amago del mal que tanto le atormentaba. Así se trata la sarna mal curada.

Cuando ésta se manifiesta al exterior, hay que tomar también un baño caliente á (33 ó 34° R.),frotándose vigorosamente con jabón, sobre todo el jabón verde que venden en las farmacias. A los quince minutos de baño, lavarse con agua pura (fría ó caliente) y con jabón común de tocador. Si el enfermo puede meterse en seguida en un segundo baño caliente, cuya agua se haya renovado, y seguido de nueva loción caliente ó fría, experimentará ventajas positivas.

Como la sarna es excesivamente contagiosa y se contamina por medio de los trapos, de los vestidos, etc., es conveniente cambiarlo todo después de cada baño para que las aplicaciones no resulten inútiles. De este modo se puede curar la sarna en tres ó cuatro días.

10. Quemaduras.

Se declaró un incendio en casa de una aldeana. El propietario, ocupado en salvar sus efectos, se quemó de tal modo la cara y las manos, que quedó completamente desfigurado; el médico le aplicó varios emplastos en las partes quemadas, sobre todo en el cuero cabelludo, que era el que más había sufrido. La piel y las carnes se desprendieron de los dedos y de los antebrazos. Desesperado y presa de sufrimientos horribles, el desgraciado pedía la muerte, mientras que el médico declaraba imposible la curación. La casualidad hizo que estuviese ausente el cura de la parroquia, y le reemplacé durante tres días, y esto me puso en contacto con aquel desdichado; me compadecí de él y procuré aliviarle un poco á fin de que pudiese morir tranquilamente. Empecé por quitarle todos aquellos emplastos, y preparé en seguida, agitándola con una pluma, una mermelada compuesta de clara de huevo, aceite de lino y leche agria, é impedí con una espesa capa de este ungüento, el contacto del aire exterior con las partes doloridas. Después puse encima pedazos de lienzo usados y mojados en agua fría, y encima de todo un lienzo seco bien adaptado.

Cada dos horas fué levantado el lienzo seco con toda precaución, y humedecido por medio de una esponja el lienzo húmedo con suavidad, pero con abundancia, para impedir que secara y se adhiriera á la piel. Por mañana y tarde se levantaba todo el aparato, con objeto de añadir papilla nueva á la

del día anterior. Es increíble en cuán poco tiempo se restableció aquel padre de familia. Desde la primera aplicación concebí cierta esperanza, aunque sin manifestarla, porque á los quince minutos los dolores cedieron algo, y las convulsiones, tan peligrosas siempre, y cuya inminencia anunciaban ya pequeños sobresaltos, no se declararon. Para uso interno administré dos veces al día una cucharada de aceite de oliva como refrescante; bajo la capa de ungüento se formó pronto una piel nueva; el aseo extremado (después se lavaban diariamente las úlceras con agua tibia varias veces, para alejar toda materia purulenta), contribuyó por su parte á la curación. Quince días después, el aldeano se encontró casi restablecido. El médico mismo declaró que consideraba esta vuelta á la salud casi como un milagro, y que jamás hubiera creído en la posibilidad de curar de tan enormes quemaduras.

Un criado sufrió una horrible quemadura de llama de alcohol en la parte superior del cuerpo; un brazo, parte del pecho y un lado de la cabeza, estaban cubiertos con placas negras, amarillas y rojas; la piel se levantaba con facilidad de todas partes. Su aspecto era horrible, y el desgraciado sufría dolores indecibles. El mismo tratamiento establecido para el caso anterior le salvó, y al cabo de cuatro semanas pudo volver á su trabajo.

Sustraed las quemaduras al contacto del aire; mantener húmedas las compresas; renovar el ungüento refrigerante, y cuidar de que haya gran limpieza, son las condiciones esenciales de la curación de las quemaduras.

Cuando éstas son superficiales (y esto importa mucho á cocineros y cocineras), es buen remedio casero la col, y el agua en que se ha lavado. Aplicada la col fresca sobre la parte quemada, el agua se emplea en mojar la compresa. Si esta agua fuese muy acre, se podrá diluir con agua pura. Otros dan la preferencia á las patatas, que mondan y aplican en forma de cataplasma. Otros, el aceite de lino ú otros aceites, que cubren con un poco de algodón. Todos estos remedios son buenos.

Para una quemadura producida en la cocina por el agua hirviendo y las llamas del fogón, y que interesó una mano y el brazo, hasta el codo, y para la cual empleó el médico inútilmente sus recursos, fueron eficaces estos remedios, á pesar de ser empleados al cabo de algunas semanas. Desde el primer día se calmaron los dolores, y se efectuó poco á poco la curación.

Tratamiento: 1) Toda la parte quemada fué cubierta con una espesa capa de un linimento de aceite y clara de huevo, y encima un lienzo húmedo, aparato que al principio se renovó dos veces al día. 2) Todo lo que estaba mortificado, gangrenado y purulento, fué resuelto y eliminado por medio de una aplicación de flores de heno. Durante la curación, aparecieron varios abscesos que fueron tratados por medio de un cocimiento de alholva. Estos remedios, empleados alternativamente, salvaron aquella mano que se había dado por perdida.

11. Úlceras de los pies y de las piernas.

Un pobre jornalero tenía en una pierna, hacía muchos meses una úlcera de un decímetro de larga, por dos ó tres pulgadas de ancha. Era un hombre joven, y los dolores rara vez le permitían dormir algunas horas.

El aspecto muy enfermizo y el desaliento muy grande. Le aconsejé que se aplicase á la úlcera alholva cocida y extendida sobre trapo en forma de cataplasma. Encima de ella hojas frescas de tusílago, desde la parte superior del tobillo hasta más arriba de las pantorrillas, y poner la media encima. Renovar por mañana y tarde la cataplasma y las hojas, y tomar además cada dos horas dos cucharadas de una infusión de alholva. Esto bastó para que pudiera entregarse sin interrupción á sus ocupaciones. Al cabo de dos semanas, las dos terceras partes de la úlcera habían cicatrizado, y nuestro hombre había recobrado el buen color y la frescura de la tez, pudiendo, además, conciliar fácilmente el sueño. Para tomar la alholva en infusión, se pone una cucharadita en un cuartillo de agua, se deja hervir un minuto, se decanta y se toma á cucharadas. Esta poción disipa el calor interior y ejerce su acción curativa *ab intu.*

Un empleado que también tenía una pierna ulcerada que le molestaba horriblemente, me dijo: «La úlcera es muy considerable y supura mucho por debajo de la pantorrilla; y lo que me asusta más que

la úlcera y que la inflamación, es el color completamente lívido de la pierna. He consultado á muchos médicos que, amén de otras cosas, me han hecho tragar agua mineral, y todo ha sido inútil.»

Este individuo tenía unos cuarenta y cinco años, gran robustez, cierta predisposición á la obesidad y el color muy encendido, cosas todas que me hicieron reconocer en él al bebedor de cerveza. Sus ojos estaban un tanto perturbados y algo amarillos. Le pregunto si tiene algo más de qué quejarse, y me dice que de nada; que tiene buen apetito, y que él no es un bebedor, aunque le guste despachar sus dos, tres ó cuatro vasos de agua. «Mi enfermedad es puramente local; una de tantas úlceras superficiales que tan á menudo se encuentran.»

Todos los enfermos de esta índole se quejan únicamente de dolor en la superficie que supura (las excepciones son tan raras como los cuervos blancos), y les parece que basta cicatrizar la úlcera para curarse. Precisamente lo que conviene es el procedimiento opuesto. Curar primero el cuerpo, eliminando de él todos los humores morbosos, y así cicatrizará la llaga por sí sola. No hay, á mi parecer, ceguedad más funesta y tontería más perjudicial, que la de querer cerrar, ante todo, una úlcera, que es como querer cerrar la puerta á la curación del organismo. Acumúlanse las aguas en la montaña, abren una brecha y dan nacimiento al manantial. Lo mismo sucede en el cuerpo: los humores morbosos se acumulan en un punto hasta que hacen saltar la piel, y la misma naturaleza nos marca nuestra conducta. Nosotros, por decirlo así, la atamos de pies y manos y cerramos con nuestros ungüentos los caminos por

donde puede venir la mejoría. ¡Y luego nos admiraremos de que sobrevenga una catástrofe! Aconsejé al enfermo el fajamiento interior por espacio de una quincena, durando cada aplicación hora y media, lavándose enérgicamente dos veces al día la parte superior del cuerpo, y administrándose una vez por semana un baño de vapor en la cabeza de veinte minutos de duración. Estas aplicaciones debían purificar el cuerpo, y además darle fuerzas para la eliminación de los malos humores.

Al cabo de quince días volvió, y sus primeras palabras fueron estas: «Ahora que sé que estaba muy malo, acabo de decir que ya estoy bueno; hasta el subir las escaleras me costaba trabajo por lo penoso de la respiración. Estaba siempre abotargado, y cuando hablaba de esto á los médicos lo achacaban á los años; ahora me encuentro cambiado, regenerado; la respiración es fácil, siento bienestar general, ha desaparecido la pereza, y estoy alegre y con más apetito que nunca. ¡Ojalá hubiera sabido esto antes! En estos últimos quince días he evacuado grandes cantidades de orín, y mi cuerpo, el abdomen sobre todo, está considerablemente aligerado; disminuyen los dolores de la pierna, y la úlcera va cicatrizando. ¿Qué he de hacer para que la pierna cure completamente?»

El enfermo se aplicó después dos fajamientos interiores por semana, de media hora cada uno, y una gran afusión superior de agua. Cuanto al pie, no tuvo más tratamiento que aplicar tres ó cuatro veces al día un lienzo empapado en agua fría. Cuando no hay aguas que alimenten el manantial, es claro que éste se agota por sí mismo. Dos semanas después

el sujeto volvió muy alegre, su cuerpo estaba sano y su pierna también; desde entonces no ha cesado de alabar la virtud curativa del agua. Es importante hacer observar que una persona curada de semejante enfermedad, debe hacer uso durante algún tiempo de una ú otra de estas bienhechoras aplicaciones, con objeto de impedir la acumulación de los elementos morbosos, pudiendo elegir el remedio que mejor le cuadre.

Ágata padecía largos años de una pierna, que se ulceraba de vez en cuando, y cicatrizaba por sí misma. Para no enfadarme, no hablaré de los inevitables ungüentos que había usado. Un médico le prometió la curación siempre que se sujetara exactamente á sus prescripciones. La pierna fué colocada más alta que el bajo vientre. Los dolores cesaron casi instantáneamente, aplicaron no sé qué á la úlcera, y ésta cicatrizó. La enferma sintió un gran bienestar; el dolor había desaparecido, la curación indudablemente adelantaba. Se cerró la úlcera. De pronto, Agata, sintió en la cabeza cierta pesadez y algo de vértigo, á lo cual no dió gran importancia. Al llegar la noche fué acometida de una postración tan grande, que el médico, llamado á toda prisa, declaró que aquel estado lastimoso se llevaba á la enferma por momentos.

A media noche hubo que sacramentarla; cinco días permaneció sin conocer ni moverse y respirando trabajosamente. Al sexto día recobró el conocimiento, y pudo articular algunas palabras. Espontáneamente se puso á envolver su cuerpo y pierna enferma con lienzos húmedos. Al día siguiente la

pierna se había hinchado mucho y comenzaba á doler, pero la cabeza estaba mejor.

Ágata continuó aplicando animosamente las compresas en el vientre y en la pierna. Esta se inflamó más, y al cabo de cinco días reapareció la úlcera. Agata fué tratada por el agua, tal como antes se ha dicho, y recobró su salud ordinaria.

Ahora bien, ¿qué significaba la crisis que había sufrido? No se trataba de un marasmo vulgar; el chico que se pone con los pies en alto hace afluir la sangre á la cabeza. Alejados los humores del pie por la posición de la pierna, llegaron al pecho y á la cabeza y ocasionaron el acceso fatal. Los fajamientos les hicieron volver á las partes inferiores. La llaga volvió á abrirse y los elementos morbosos, tomando su camino de otro tiempo, dejaron que la cabeza y el pecho gozaran libremente de sus facultades.

Cuidáos mucho de todas estas cosas si padecéis de enfermedades semejantes. Yo bien sé que muchos médicos modernos piensan de otro modo, ellos creen estar en lo justo, yo también. Toda solución de continuidad que la naturaleza abre en la piel para expulsar lo que es mal sano y supérfluo, es, mientras supura, una garantía de salud y de vida. ¿Quién no conoce gran número de casos en los que ha sobrevenido la muerte poco después de haber cicatrizado úlceras de las piernas? ¿Quién no sabe que si una úlcera de estas se cierra en la vejez, la muerte no está lejos? En una carta que tengo á la vista leo lo siguiente: «Otra vez tengo malas las piernas, en cambio me veo libre de los dolores reumáticos de la cabeza y de los dientes, que me han atormentado has-

ta hace quince días. Siempre tengo algo que me duela en mi cuerpo, en el cual domina un padecimiento doble; ó experimento los dolores en la parte superior y sobre todo en los dientes, ó lo sufro en las piernas, y á fe que no sé cuáles son peores. Además, si uno de estos padecimientos no es muy grande, no destierra por completo al otro.» Este es el contenido de la carta.

Hay enfermedades que van de uno á otro sitio del cuerpo como sube y baja el mercurio en el barómetro. La gota y la erisipela pertenecen á estos huéspedes ambulantes, á los cuales se asocia la enfermedad en cuestión. Esta no se manifiesta siempre al exterior, pero viaja interiormente por caminos secretos.

Hay que proceder contra tan pérfidos enemigos por medio de un ataque triple.

En el caso de que se trata, el fajamiento de medio cuerpo ataca la vanguardia del padecimiento, es decir, que arrastra todos los materiales que viajan de la cabeza á los pies ó viceversa. Empleado con insistencia los elimina, impidiendo así la posibilidad de que circulen por el cuerpo. Después hay que actuar sobre la parte enferma para que se apodere al paso de esos elementos y les impida continuar su viaje. El baño de vapor en los pies, seguido de la afusión inferior, envuelve una de las alas del enemigo que comprende la úlcera misma sobre la cual ejerce una resolución definitiva y eliminadora. Las lociones frías, ó en su defecto la bata hidroterápica, dirigen sus baterías contra el centro del ejército enemigo. Esto es, contra el cuerpo entero, pero sin intenciones hostiles, al contrario,

lo vigorizan disponiéndole á una rápida curación.

Las aplicaciones de agua, habría, pues, que practicarlas en el orden siguiente: El fajamiento de medio cuerpo, dos lociones completas en la misma noche, otra vez el fajamiento de medio cuerpo, el baño de vapor en los pies, y, por último, la bata hidroterápica. Como ejército auxiliar se puede tomar al interior la tisana de centaura, salvia y menta. Las dos primeras plantas son depurativas; la menta, con su principio amargo, viene en ayuda del jugo gástrico.

Voy á citar otros dos métodos para curar las úlceras de los pies y de las piernas: el primero prestará muy buenos servicios al hombre del pueblo y al campesino que no tienen la costumbre de los baños; el segundo convendrá más á las personas cultas.

Un campesino de buena constitución vino á decirme, guiñando los ojos y con aire malicioso: «señor Cura, también yo tengo una úlcera en la pierna, ¿no habría para mí alguna agua provechosa?» ¡Ya lo creo, amigo mío, le dije! Haced lo que voy á decir: volveos á casa y extended sobre la cama un tapete de lana, ó un lienzo muy basto; después escoged entre los sacos que tengáis para el trigo el más usado y más viejo, y, por lo tanto, menos áspero. Empapadlo sin miedo en agua fría, retorcedlo un poco y meteos en él con el traje de Adán, ó si queréis, poneos el saco como si fuera un pantalón elegante; meteos en seguida en la cama y cubrid bien vuestro cuerpo con la cubierta de lana ó de lienzo basto y encima una colchoneta de pluma. Los ojos entornados se abrieron tanto, que parecían

ruedas de carreta, y se humedecieron á impulsos del horror al agua: al buen hombre se le había puesto carne de gallina. Y esto, continué para acabar la sentencia, como primer ensayo, una vez cada día durante una semana, permaneciendo en el saco dos horas cada vez.

El campesino se marchó sudando la gota gorda; sin embargo, hizo lo que yo le había dicho. Durante cincuenta días practicó veinticinco veces la singular operación del saco, y la pierna se restableció, lo que le hacía saltar de gozo, no tanto por ver curada su pierna, como por haber encontrado en el fondo del saco su buen humor de siempre. Vino á darme las gracias y le aconsejé que, en adelante, repitiese la aplicación de vez en cuando; no tuve que decírselo dos veces. Sólo por gusto y por agradecimiento, exclamó, voy á seguir con esa historia del saco todo un año, y ha cumplido su palabra.

Cuanto mayor es el espanto que este tratamiento inspira á las personas nerviosas, tanto menos dura. Verdad es que no es cosa tan terrible. Se toma: *a*) dos veces por semana un baño caliente con triple alternativa; el mejor es el baño con paja de avena: *b*). También dos veces por semana el fajamiento inferior por espacio de hora y media, ó bien la bata hidroterápica aplicada por igual tiempo. El siguiente caso puede serviros de escarmiento: Un caballero bastante grueso y de aspecto saludable, tuvo una ulceración muy molesta en la piel, y recurrió al tratamiento por medio del agua, que usó por espacio de doce días, asombrándose de lo bien que se encontraba. «Pero esta fastidiosa úlcera de la pierna, me dijo, ¿no queréis curármela?» A lo cual le respondí:

me guardaré muy bien de hacerlo, el que os la cure os acorta la vida. Esto le produjo mala impresión y se marchó. Estábamos en el otoño; á la primavera siguiente, según he sabido después, fué á un establecimiento de baños minerales, y más tarde en su casa usó varios remedios para cicatrizarla, lo que consiguió, con gran contento suyo, á las seis ú ocho semanas. Pero no tardó en formarse un enorme absceso en la parte superior de la columna vertebral en mitad de la espalda; los médicos lo tomaron por un ántras é hicieron en él una incisión; en lugar del pus, el visturí encontró una masa gruesa y dura. A los doce días la infección purulenta ponía fin á una vida que estaba en toda su fuerza. Estos casos abundan mucho.

También he tenido ocasión de ver á cierto propietario que había sumergido pie y pierna hasta la rodilla en agua casi hirviendo, por consejo del médico. Los dolores, que ya eran grandes, se aumentaron considerablemente con el agua caliente; la hinchazón, desde el tobillo hasta la pantorrilla, duplicó el volumen de la extremidad, y lo mismo el pie, inflamándose la pierna hasta el punto de que la piel amenazaba estallar. No comprendo que el agua caliente, que sería bastante para escaldar un miembro sano, produzca beneficio alguno en un miembro ya enfermo, sobre todo si se aplica, no una sola vez y por un momento, sino á menudo y por tiempo relativamente largo. El paciente, exasperado ya, se negó á continuar el tratamiento y mandó que se llevaran el agua caliente. Hice que ejecutaran sus órdenes y le aconsejé que emplease agua de col, empapando en ellaun lienzo suave y aplicándolo al

sitio más inflamado, envolviendo después la pierna con otro lienzo también suave, más grande que el primero y empapado en agua fría, y poniendo encima de todo una envoltura seca. Estos fomentos debían renovarse cada vez que volviesen el ardor y el dolor. El paciente siguió mi consejo, y á los dos días pudo andar de nuevo y se abrió el tumor. Para resolverlo cuanto antes, y eliminar las materias purulentas, aplicó á la herida una bolsa de lienzo llena de flores de heno cocidas. Al cabo de ocho ó diez días, la pierna estaba curada y ejercía de nuevo sus funciones con el vigor de siempre.

Un sujeto de buena posición social me dijo lo siguiente: «Yo sufro todos los años una enfermedad en los pies, que dura dos ó tres semanas, y no vuelve á molestarme en todo el año. Tengo, sin embargo, los pies un poco sensibles de ordinario. Cuando el mal se aproxima, los pies se me ponen ardorosos, y alguna vez siento en ellos un frío muy violento. Después, pies y piernas se hinchan considerablemente hasta las rodillas. Cuando empieza la tumefacción, disminuye un poco el dolor, pero sin que pueda por eso entregarme á trabajo alguno. ¿No se podrá curar esta enfermedad?»

Mi respuesta fué afirmativa, á condición de que empleara las aplicaciones siguientes: 1) Una ó dos veces por semana empapar unas medias de lienzo en una infusión de paja de avena, ponérselas cuando estuviesen á una temperatura agradable, colocar encima un lienzo seco, y mantener aplicado este fajamiento durante dos horas; esta aplicación puede hacerse por la noche. 2) Aplicar una vez por se-

mana un fajamiento de medio cuerpo, empapado en agua fría, y mantenerlo por espacio de hora y media, continuando así durante cinco ó seis semanas.

Llegó á mi casa un campesino con los pies hinchados y duros, dureza que se extendía hasta las rodillas y presentaba grandes manchas lívidas; las piernas le dolían mucho y no le dejaban conciliar el sueño; con la hinchazón vinieron la pereza, la melancolía y el disgusto de la vida. A esto se añadía poco apetito y el aspecto muy enfermizo.

Tratamiento: 1) En la primera semana, tomar dos baños de vapor en los pies, y sólo uno á la semana siguiente. 2) Todas las semanas una camisa empapada en infusión de paja de avena, por espacio de hora y media. 3) Dos fajamientos completos desde los sobacos, de hora y media de duración, todas las semanas. 4) Envolver todas las noches las piernas hasta las rodillas en lienzos empapados en cocimiento de alholva. Precisamente este fajamiento es el que por su acción resolutiva ha contribuído más á combatir los dolores. Para uso interno, tomó un cocimiento de alholva, dos puñaditos por cuartillo de agua para beberlo en tres ó cuatro veces durante el día.

Otra enferma padecía de las piernas hacía largos años; una de ellas se ulceraba de vez en cuando y daba salida á gran cantidad de pus, cerrándose algunas semanas después. Como cada cual desea la salud, deseaba esta mujer verse libre de su mal.

Para ello empleó los medios siguientes: 1) Loción completa tres veces por semana, dejando el lecho

durante la noche y acostándose en seguida. 2) La bata hidroterápica una vez por semana. 3) Envolver las piernas, desde por la mañana al mediodía, ó por la noche, en un lienzo empapado en un cocimiento de flores de heno y bien retorcido, poniendo encima una cubierta de lana ó de muletón. 4) Sobre la úlcera, que media tres dedos de largo por tres de ancho, puso alholva cocida y extendida en pedazos de lienzo, lo cual atrae los elementos morbosos, disipa el calor y el dolor y provoca la curación. Cada dos ó tres días aplicó á la pierna desnuda flores de heno caliente, pero no tanto que quemase. 5) Para uso interno tomó todos los días un puñadito de polvo gris y una taza de infusión preparada con cuatro ó cinco hojas verdes de saúco.

VI

ENFERMEDADES DE LA SANGRE

Este capítulo sería sin duda el más extenso, si describiéramos en él todas las alteraciones que sufre la sangre, ya en su composición, ya en su circulación. Pero nos limitaremos al estado de la sangre en afecciones tan características como la *anemia*, la *clorosis*, la *hemorragia*, la *infección purulenta*, el *escorbuto* y la *piademia*, la *consunción* y la *inamia* ó postración de fuerzas.

1. Anemia y clorosis.

Como el cuerpo entero está alimentado por la sangre y á ella debe su desarrollo, su fuerza y su consistencia, preciso es que el hombre que quiera conservar la salud y vivir largo tiempo tenga su sangre en buen estado y en cantidad suficiente. La naturaleza se sirve de los alimentos sólidos y líquidos para elaborar la sangre, y puede decirse con seguridad que el que tiene buena sangre está sano, como el que tiene mucha, es resistente. Allí donde se elabora san-

gre mala ó deficiente pueden producirse todas las enfermedades.

Para una buena elaboración de sangre se necesita, ante todo, aire puro, mucha luz, nutrición suficiente y el ejercicio necesario.

Si faltan estas condiciones indispensables, la sangre disminuirá, y si los alimentos no son buenos, se formará además una sangre enferma.

También puede producirse la anemia cuando se ha perdido sangre á consecuencia de heridas ó sangrías, ó de cualquiera otra causa. Si se es pobre de sangre, se está débil ó enfermo. La clorosis viene á ser el aspecto exterior de la anemia; el rostro del clorótico está pálido, y á menudo amarillento; los labios y las encías muestran sobre todo la alteración, los párpados ajados, el cuerpo inclinado, flaco y débil. Se presentan también otros fenómenos, tales como palpitaciones, respiración penosa (sobre todo al subir las escaleras), dolores en la cabeza y en los lomos, desmayos, espasmos, calambres del estómago y malas digestiones. Los cloróticos presentan también alguna vez aberraciones del gusto, prefiriendo alimentos que no pueden aprovecharles.

El único remedio conocido contra la anemia consiste en pasar al aire libre el mayor tiempo posible, permanecer poco en la habitación, y que ésta nunca esté demasiado caliente. Los vestidos del anémico no deben calentarles demasiado, y deben ser sencillos para que el aire penetre con facilidad. El enfermo evitará cuanto pueda respirar una atmósfera malsana, como la de una cueva ó un local cerrado, ó habitaciones en que se ha fumado mucho; su alimentación debe ser sencilla y de fácil diges-

tión: leche, buen pan y alimentos farináceos; las comidas no deben ser copiosas: dos ó tres cucharadas de leche, tomándolas á menudo, es lo más conveniente. Por la escasez de jugo gástrico, los alimentos se digieren con lentitud y molestan demasiado en el estómago. El movimiento y el trabajo al aire libre (pero sin fatigarse) aumentan la cantidad de sangre y devuelven la salud.

Las aplicaciones hidroterápicas deben ser las siguientes: abandonar de noche la cama tres ó cuatro veces por semana, lavarse todo el cuerpo y volver al lecho en seguida; y dos ó tres días por semana permanecer con las piernas en el agua hasta por encima de las pantorrillas durante un minuto, é inmediatamente después sumergir también los brazos.

Si el clorótico está muy débil y tiene poco calor natural, hay que emplear al principio el agua caliente, tanto para las lociones como para los baños: pueden añadirse al agua, la sal ó el vinagre. Para abrir el apetito conviene tomar tres veces al día dos ó tres cucharadas de infusión de ajenjos. Otro remedio excelente contra la clorosis consiste en tomar dos veces al día un poco de creta en polvo, en cuatro ó seis cucharadas de agua.

Si el estado general mejorase con estas aplicaciones, se podrá hacer uso, en lugar de lociones y baños de pies, de dos ó tres baños de medio cuerpo por semana, siendo también convenientes la afusión superior y la afusión á las rodillas, aunque no muy á menudo.

No se verían con esto tantas sirvientes cloróticas,

Anemia de un niño.

Uno de cinco años, traído por su madre, no carecía de gordura y desarrollo; pero estaba tan pálido, que su cara parecía más de un muerto que de un vivo. No se advierte en el niño la viveza natural; no tiene apetito ni fuerzas; en una palabra, está tan pobre de sangre y tan débil su organismo, que parece envejecido. Le han tratado algunos médicos, pero sin resultado. Dos de ellos le han prescrito el vino en abundancia, lo cual no ha modificado su estado y ha llegado á inspirarle, lo mismo que los alimentos, la mayor repugnancia. Tratamiento: 1) Poner todos los días al niño una camisa empapada en agua caliente, en la cual se han hecho hervir flores de heno. 2) Lavar todos los días al niño el cuerpo entero con agua y vinagre. 3) Procurar en lo posible que haga el ejercicio de andar con los pies desnudos por la habitación; enviarle también al aire libre; darle una alimentación sencilla y vulgar, agua y leche (siempre en pequeñas cantidades, dos ó tres cucharadas.) Continuad así durante quince días. Al cabo de este tiempo: 1) Hacedle andar todos los días, de tres á cinco minutos, en agua no muy fría, que llegue á las rodillas. 2) Lavarle una vez al día todo el cuerpo con agua y vinagre. 3) Ponerle una ó dos veces por semana una camisa empapada en agua de sal, ó en un cocimiento de flores de heno.

Continuar también con estas aplicaciones por espacio de quince días; despues de los cuales, sólo se hará uso de la mitad de ellas.

2. Hemorragia.

La palabra *hemorragia* se aplica generalmente á toda salida de la sangre fuera de sus vasos. La *gastrorragia* es la hemorragia del estómago, mientras que la *hemoptisis* designa especialmente lo que se llama vómito de sangre.

A.—Escupir y vomitar sangre.

En presencia de una hemorragia, la cuestión es saber si la sangre proviene del estómago ó de los pulmones; en este último caso la sangre se presenta en un acceso de tos y es roja y espumosa; en la gastrorragia, por el contrario, la sangre sale por un esfuerzo de vómito y es de un rojo oscuro, grumosa y cuajada. Las hemorragias asustan siempre y exigen ciertas precauciones, porque implican un peligro más ó menos grande.

Si la sangre viene del estómago, no puede saberse cuál es la arteria rota y si va á renovarse el vómito. La negligencia en este caso podría acarrear la anemia ú otra enfermedad grave. Hay que procurar, pues, curar pronto la parte afecta para que el vómito de sangre del estómago no tenga importancia.

El esputo de sangre de los pulmones es más peligroso, y á menudo lo es mucho; es preciso, en consecuencia, aplicar el remedio lo antes posible.

Para las dos variedades de hemorragia, la tisana de cola de caballo silvestre es siempre el mejor re-

medio, á causa de su virtud astringente. Si la sangre se escapa por las fosas nasales, es preciso sorber muy á menudo esta infusión por las narices. Si la sangre sale por la boca, tomar cada dos ó tres minutos algunas cucharadas de la misma infusión. Casi siempre proporciona rápido alivio. Aunque la hemorragia haya cesado completamente, hay que seguir por algún tiempo tomando la infusión de cola de caballo. No conozco caso alguno en que este medicamento no haya prestado buenos servicios.

Cuando se presenta la hemorragia, hay que investigar las causas que la producen. O bien está enfermo el pulmón, y en este caso el paciente entra en la categoría de los tísicos, ó bien se trata de un aflujo de sangre á la cabeza, que debe ser suprimido (véase *congestiones*), ó quizas proviene de abscesos del estómago.

La hemorragia que reconoce por causa la lesión de un vaso sanguíneo de primer orden, no la tratamos aquí, porque en estos casos todo socorro es generalmente inútil.

En la mayor parte de los casos sobreviene la muerte súbita.

B.—Sangre por la nariz

Digamos ahora algo acerca de la sangre por la nariz (epistasis).

Son muchas las personas que la padecen, sin darle ninguna importancia, porque pasada la epistasis se encuentran perfectamente. Este es, con todo, un estado morboso, al cual sucederá infaliblemente, tar-

de ó temprano, una enfermedad grave. Por lo pronto, engendra poco á poco la anemia, el empobrecimiento ó debilidad de la sangre, etc., y además el estado moral que ya conocemos: miedo, inquietud, escrúpulos y supersticiones de todas clases. Para la hemorragia nasal aconsejan muchos, á manera de sedante, que se dé un susto al paciente, echarle agua en la nuca, y colocar la cabeza en las más variadas posiciones.

Soy enemigo de todos estos tratamientos, que las más de las veces son contraproducentes; lo único que me parece bien es procurar para la circulación de la sangre una marcha regular, derivar la sangre de la cabeza hacia el abdomen y los pies, que ordinariamente carecen de ella, padeciendo, en consecuencia, todo género de debilidades y de males.

Para conseguir esta derivación de la sangre hacia las regiones inferiores hay que emplear: 1.° Dos ó tres veces por semana, un baño de pies, caliente, con sal y ceniza, de quince minutos de duración. Otras dos ó tres veces por semana, un paseo sobre el piso mojado, y dos ó tres fajamientos de medio cuerpo. Vigorizada así la naturaleza, la afusión superior, la inferior y los baños de medio cuerpo con loción superior (una sola aplicación por semana), prestarán también buenos servicios.

Hay una epistasis que, no solamente es grave, sino que determina fácilmente la muerte. Una muchacha de quince años, que estaba en pleno desarrollo, echó por la nariz, en el espacio de dos horas, tal cantidad de sangre, que la hemorragia terminó por la muerte.

Yo mismo he visto una muchacha de dieciséis

años que, en hora y media de hemorragia nasal, llenó de sangre pura tres cubetas. Sobrevino una palidez mortal y un desvanecimiento que inspiraron las más vivas inquietudes.

Fuí llamado á las dos de la madrugada para ayudarla á bien morir. Se habían agotado todos los remedios caseros, y no había médico que llamar. Sin perder tiempo, vertí cierta cantidad de agua sobre la cabeza, é igual cantidad sobre el espinazo, con lo cual se detuvo casi instantáneamente el flujo de sangre. La muchacha permaneció acostada durante algunas horas, tranquila, y perdiendo de vez en cuando el conocimiento á consecuencia de la debilidad.

Apenas se repuso un poco, volvió de nuevo la hemorragia de la nariz. Se repitió la afusión, y produjo el mismo efecto. Para combatir la debilidad (el apetito y la sed faltaban por completo), tomó la enferma, cada media hora, dos ó tres cucharadas de leche. Al cabo de dos días, se pudo recurrir á la sopa de salud, que alternando con la leche y tomándola en pequeñas porciones, contribuyó á vigorizar á aquel cuerpo excesivamente debilitado. La afusión superior se aplicó con regularidad todos los días. Las epistasis no volvieron, y pronto se advirtió la reaparición del apetito. En el espacio de cuatro ó seis semanas, la enferma mejoró visiblemente. Seis meses después experimentaba todavía alguna debilidad interior; pero al exterior, saludable como nunca. Es posible que la causa de estas epistasis fuera, como en el caso anterior, el principio del desarrollo.

C.—Hemorragia uterina.

Mi mujer—me dijo un padre de familia—padece desde hace mucho tiempo un flujo de sangre, que ahora la ha puesto á las puertas de la muerte, tanto que no sé si á mi vuelta la encontraré viva. Los médicos no pueden curarla: ¿habrá para esto algún remedio?

Mi consejo fué el siguiente: 1) Dadle una infusión de cola de caballo, una cucharada de cuarto en cuarto de hora al principio, después dos cucharadas diarias. 2) Que se ponga en el vientre un lienzo empapado en una mezcla, á partes iguales, de agua y vinagre, y que lo tenga dos horas, renovándolo cada veinte minutos.

El flujo de sangre se contuvo casi en seguida, y no hubo que emplear el fomento más que otras dos veces, media hora cada una. Para reponerse, ha empleado, con muy buen éxito, dos cucharadas de leche cada hora, además de su alimentación ordinaria. Al cabo de cuatro semanas pudo volver á sus ocupaciones.

Hay que tener en cuenta que estas aplicaciones sólo deben emplearse en casos urgentes y mientras llega el médico.

3. Infección purulenta.

Una madre de familia se había hecho un arañazo insignificante en un dedo, no sabía si con un clavo ó con una astilla. Llegada la noche, se acostó sin dar importancia á la herida. Se desveló, sin embargo, experimentando cierto dolor en el dedo, gran malestar y náuseas. La lesión la tenía en la mano izquierda, y la pierna derecha sufría calambres dolorosos. La mano se hinchó extraordinariamente hasta el codo, tomando un color rojo muy vivo, y en el espacio de diez horas invadió el brazo un dolor insoportable: las venas, de un rojo oscuro, se marcaban desmesuradamente hasta el codo. No había médico en la comarca; demorar el remedio era peligroso, la intoxicación iba ganando terreno; ya el enrojecimiento pasaba del codo y se extendía hasta la mitad del brazo.

Se hizo una infusión de flores de heno en agua hirviendo, y con estas flores todavía muy calientes, se rodeó la mano. El brazo entero, con este fajamiento, fué sumergido en la infusión caliente de flores de heno, permaneciendo así ocho horas. El tópico hizo el papel de un emplaste epispástico, y consiguió llamar la sangre y las materias purulentas. He aquí una prueba de lo que conviene la rapidez en el tratamiento, cuando se presentan los síntomas de una infección en la sangre. Quizás al cabo de una ó dos horas, hubiera sucumbido aquella madre de familia: es de notar que la misma lengua comenzaba ya á tomar un color lívido.

Al cabo de treinta y cuatro horas, la piel de la palma de la mano se había desprendido de tal modo, que hubiera sido fácil levantarla por completo. En cuanto desaparecieron los calambres del dedo, cesó toda molestia.

Un hombre llamado José, al matar una vaca, se hizo una profunda herida en el pulgar, con el cuchillo ensangrentado. No hizo caso de ello hasta que experimentó dolores muy vivos, y la mano se hinchó de tal modo, que apenas podía mover los dedos. Aumentó el calor, y pronto se advirtieron manchas amarillas y azuladas en los dedos y en las manos. El médico le prescribió algunas lociones y ligaduras; pero los dolores, que ya llegaban al codo, se hicieron más y más insoportables, y el desgraciado se daba clara cuenta de que en su interior se desarrollaba una inflamación espasmódica que le consumía como el fuego.

Me llamaron, y aconsejé que le administraran cuatro veces al día baños de vapor en la mano y en el brazo, de media hora cada uno. Entre baño y baño, el paciente rodeaba la mano y el antebrazo de flores de heno abiertas, al cocer (1).

Al cabo de hora y media ó dos horas, es decir, siempre que el dolor aumentaba de una manera sensible, se renovaban dichas flores. Este procedimiento no produjo sólo un efecto calmante, sino que trajo consigo la curación completa. Desde la prime-

(1) Las flores de heno abiertas en agua hirviendo, son comprimidas y extendidas sobre un lienzo. El enfermo pone sobre ellas la mano y el antebrazo; dando vuelta al lienzo, quedan envueltos como con una cataplasma.

ra noche, la propagación de aquella horrible flegmasía gangrenosa se contuvo, y al cabo de cuatro días la inflamación había desaparecido.

Otro sujeto, extirpándose un callo, se hizo en el pie una cortadura, que se inflamó. No se cuidó de ello, pero pocos días después la inflamación aumentó, hasta el punto de presentar todos los síntomas de un envenenamiento de la sangre. Personas que habían visto casos semejantes, dieron por perdido al enfermo.

Pero héte aquí que éste empieza por tomar dos baños de pies diarios en un cocimiento de flores de heno (dejando las flores en el pediluvio), y rodeando luego sus pies en lienzos empapados en un cocimiento de cola de caballo, renovándolos á la hora de aplicarlos. Esta segunda aplicación fué repetida varias veces al día, durando cada una de ellas dos horas. Como el cuerpo presentaba ya señales de intoxicación (inapetencia, mal color), se añadió á dichas aplicaciones parciales una loción de la parte superior del cuerpo y un fajamiento inferior de hora y media. A los pocos días el paciente estaba fuera de peligro, y á los diez estaba curado. Al interior tomó diariamente dos tazas de una tisana hecha con una mezcla de ajenjo y de salvia.

Estas pequeñas enfermedades de los pies exigen mucha prudencia, y el mejor preservativo es el paseo frecuente con los pies descalzos (aunque sea dentro de la habitación, por ejemplo, de quince á treinta minutos, antes de acostarse), y los pediluvios empleados á menudo con agua fría para los individuos robustos y con agua tibia para los más débi-

les. Los cuidados que exige la limpieza de los pies, forman un capítulo importante de la higiene general del cuerpo.

Un eclesiástico que creía ser demasiado grueso, quiso por medio de un ungüento yodado, prescrito por un médico, reducir su cuello á las dimensiones ordinarias. Para conseguirlo cuanto antes, hizo un uso inmoderado de la pomada. En poco tiempo su cuerpo, antes vigoroso, enflaqueció hasta perder la mitad del peso. El médico lo desahució, declarando que el yodo había dado lugar á un envenenamiento de la sangre.

En estos casos desesperados, no dejan de acordarse del cura hidrópata (lo digo como broma y sin pizca de amargura ni rencor). Prescribí al enfermo baños calientes con un cocimiento de ramas de pino (á 28 ó 30° R.), seguidos de una ablución fría; las compresas superiores é inferiores; el fajamiento de medio cuerpo empapado en un cocimiento de ramas de pino. Dos aplicaciones diarias, en el orden indicado. Además, un paseo con los pies descalzos sobre la hierba húmeda por el rocío. Para uso interno tomó diariamente un poquito de creta reducida á polvo ó de cal apagada, desleída en medio litro de agua y tomada de dos, tres ó cuatro veces. También todos los días una ó dos cucharadas de aceite de olivas y una alimentación sencilla y nutritiva.

En esta ocasión, el agua ha desempeñado su papel tan admirablemente como siempre.

4. Escorbuto y pyemia.

La palabra *escorbuto* designa una afección caracterizada por equimosis lívidas en la piel, y tumefacciones fungosas. La pyemía es la infección de la sangre merced á un absceso, la mezcla del pus con la sangre, que produce la descomposición de esta última.

Al volver de un sermón de Cuaresma, visité á un compañero que, según me habían dicho en el camino, estaba en sus últimos momentos. Entré, y el eclesiástico me dijo: «Tengo veinticinco agujeros y llagas en mi cuerpo. Como estos cinco parches que véis en mi cara, llevo veinte más. Se me forman rápidamente abscesos pequeños y que contienen un líquido oscuro; si aplico un parche de éstos y lo mantengo así un día, al levantarlo se lleva generalmente un poco de piel muerta. Así sufro desde hace algunos meses, sin obtener alivio. Lo que me molesta, más aún que las úlceras del cuerpo, es el sabor horrible en la boca, del cual no os podéis formar idea. ¿Podéis, querido compañero, dar un consejo á este desgraciado? Si es así, dadlo aprisa, porque me parece que no hay tiempo que perder.»

Aconsejé á este desahuciado, que tomara cada dos horas cuatro ó seis cucharadas de infusión de salvia y de ajenjo, á fin de quitarle el mal gusto de boca.

Después me marché, esperando volver á verle en la eternidad. Al cabo de cinco días, vino alguien que me trajo, no la noticia de la muerte, sino la buena nueva de que el mal sabor de boca había desaparecido, y que el enfermo tenía ganas de comer.

Como el primer consejo había dado tan buen resultado, me rogaba que le enviase el segundo. Le prescribí que le administraran diariamente lociones completas de agua fría, empleando en cada una el menor tiempo posible. Nuevas noticias me hicieron saber que el estado del enfermo mejoraba, y que aumentaba el apetito. Ordené entonces una ó dos aplicaciones diarias durante algunas semanas: un día la bata hidroterápica, al siguiente la loción completa. Al cabo de quince días volvió á celebrar el santo sacrificio de la Misa. Desde entonces tomó todas las semanas un baño de flores de heno, seguido inmediatamente de loción fría; y á diario, bien un baño de medio cuerpo, frío (con loción superior), bien un baño completo (alternando). Mi compañero vivió todavía veinticuatro años, cumpliendo alegre y amistosamente sus deberes religiosos hasta sus últimos días.

Me dice otro sujeto: «Estoy enfermo desde hace dos años y medio, sin encontrar alivio en nadie. Hace dos años se me hincharon los pies extraordinariamente, y la piel ha tomado un tinte azulado hasta las rodillas. En cada pierna se forman dos agujeros que destilan sangre y pus. Cuando los pies mejoran algo, se hincha mucho el brazo, se pone también azulado, y aparecen en él otros agujeros. Pies y brazos están ahora restablecidos, pero tengo un tumor en la espalda y dolores que empiezan en lo alto de los riñones. Algunas veces se extienden hasta el vientre, y éste se pone muy hinchado. Mis sufrimientos morales son todavía mayores. Según parece, he delirado ya con frecuencia. Si me estuviera permitido, me hubie-

ra suicidado. Las gentes han llegado á decir que yo era víctima de un hechizo; sea lo que quiera, mi vida no puede ser más miserable.»

Le contesté: «Haced un cocimiento de paja de avena, empapad en él un saco de los que sirven para el trigo, y ponedlo, como un pantalón, que llegue hasta los brazos; hacéos envolver en seguida con una cubierta de lana, y permaneced así dos horas, después de las cuales acudid á vuestros negocios. El segundo día empaparéis en un líquido análogo y caliente, como el de la víspera, una camisa de lienzo ordinario, la retorcéis y os envolveréis en una cubierta de lana. El tercer día os aplicaréis un fajamiento de medio cuerpo, empapado también en cocimiento caliente de paja de avena, y lo tendréis puesto hora y media. Continuad así durante quince días.»

Al cabo de este tiempo todos los tumores habían desaparecido. Una de las piernas estaba curada; en la otra había una llaguita pequeña. Volvió el apetito, y el campesino fué administrándose sucesivamente las tres aplicaciones. En el espacio de tres semanas todo había entrado en orden: el cuerpo y el espíritu.

5. Consunción.

Hay muchas personas que engordan en un tiempo relativamente corto. Generalmente se recibe con miedo este cambio, porque la opinión vulgar, que á veces no carece de fundamento, atribuye á estas personas poca vida. Otras hay cuyas fuerzas disminuyen sensiblemente, pareciéndose á la hierba de

los campos, que hoy verdea y mañana languidece, siendo lo más extraño que muchos de estos enfermos no experimentan dolor alguno. A lo sumo, se quejan de cansancio, falta de alegría y de un apetito excesivo, ó de la falta de apetito. Si en estos casos se retrasa el remedio, estas plantas, ya medio mustias, acabarían por secarse completamente, y el individuo se extinguirá como una lamparilla sin aceite. Alguna vez una enfermedad aguda cualquiera contribuirá á apagar la llama. Estos enfermos, empleando un símil vulgar, me hacen el mismo efecto que una casa edificada con malos materiales, y que no tardará en agrietarse y arruinarse. Fulano, dicen con frecuencia, ha muerto del mal de Bright. Era sencillamente la caída de un cuerpo frágil y ruinoso: denominaciones múltiples para una misma cosa. En estos casos es trabajo perdido comer bien y beber mejor; sería lo mismo que revocar un edificio cuarteado y ruinoso, tarea que haría reir á todo hombre de juicio. La consunción se distingue de la tisis en que ésta procede de un órgano, sea el pecho, sea el pulmón, sea la laringe, etc., y marcha extendiéndose cada vez más, mientras que la consunción consiste más bien en una postración general, un hundimiento, una ruina del cuerpo entero. A menudo se busca el asiento ó punto de partida de la consunción en los riñones ó en el bajo vientre. Antes de la autopsia es imposible determinar nada; los síntomas más claros y seguros en apariencia, engañan frecuentemente.

Un caballero muy obeso, que siempre había gozado de buena salud, y cuya alimentación y género

de vida eran muy morigerados, advirtió de pronto que sus fuerzas y su corpulencia desaparecían, experimentaba vértigos y no se atrevía á ponerse en pie sin algo en que apoyarse. Temblaba á la idea de dar un paso; sus pies se negaban á ello. En menos de seis semanas había perdido treinta y seis kilos. El hombre robusto de otro tiempo, vacilaba como una caña rota; estaba sin vida, como un árbol seco en mitad del bosque. Todos los remedios médicos fracasaron; el enfermo vió claramente, y con gran inquietud, que su fin se aproximaba.

En este estado y en estas condiciones, vino á mí, costándome trabajo reconocerle, á pesar de que le había tratado; yo mismo dudé mucho de que pudiera restablecerse; sin embargo, aconsejé, como última tentativa, el tratamiento por medio del agua.

Aquella naturaleza, ocupada en destruirse á sí misma, se vió contrariada en su trabajo suicida desde el momento en que se procuró vigorizarla. El enfermo ejecutó diariamente dos ó tres paseos á pie descalzo sobre la hierba humedecida ó sobre el piso regado. Otros días se aplicó una compresa superior y otra inferior, y una vez por semana la bata hidroterápica. A estas aplicaciones sucedieron dos baños de medio cuerpo, un fajamiento de la misma extensión, una compresa superior y otra inferior, todo en una semana. Los baños de medio cuerpo fueron reemplazados en seguida por baños completos, fríos, de un minuto de duración, y baños calientes con dos alternativas; cada uno de estos baños una vez por semana, y una loción completa, también semanal. Para asegurar la curación y evitar una recaída, le prescribí un baño semanal frío, completo; una afu-

sión superior con afusión á las rodillas, y de vez en cuando la bata hidroterápica. En vez de cuatro ó cinco vasos de cerveza, no le permití más que dos, y la alimentación muy sencilla y nutritiva.

A los ocho días se sintió mejor, el desfallecimiento se contuvo, y volvieron las fuerzas; al cabo de ocho semanas estaba curado, y volvió á sus ocupaciones. Las fuerzas y la robustez siguieron en aumento, y hoy goza de buena salud.

Una madre de familia que había gozado de una salud floreciente, perdió en pocas semanas sus fuerzas, y la frescura y lozanía del semblante. Desahuciada por todo el mundo, en vista de lo ineficaz de los remedios de la medicina, recurrió al agua.

Dos veces por semana se puso una camisa empapada en agua, teniéndola puesta y envuelta con la cubierta de lana una hora. Tomó también dos baños de medio cuerpo semanales, y continuó con estas dos aplicaciones durante quince días. La mejoría se inició, y desde entonces se aplicó semanalmente un fajamiento de medio cuerpo y una loción fría completa, saliendo del lecho. Recobró completamente la salud, y los hijos recobraron á su madre.

Es de notar (como ya se ha dicho al tratar de los síntomas), que estos enfermos toman demasiado alimento, tanto, que la naturaleza, ya debilitada, no puede asimilarlo y convertirlo en sangre, huesos, músculos, etc. De aquí se siguen forzosamente consecuencias desagradables, tales como el desarrollo anormal de los músculos, entorpecimiento en la circulación de la sangre y de otros humores, etc. Las aplicaciones de agua, bien distribuídas, ejercen

acción resolutiva y revulsiva, eliminan lo superfluo, normalizan la circulación y fortifican el organismo.

También sucede que el alimento, no asimilado, sale sin que se utilicen sus principios. Los órganos están débiles, fatigados, perezosos, incapaces, en suma, de llenar sus funciones, dando lugar á grandes trastornos, que inficionan la sangre. Si cortáis á una planta cualquiera las raíces que la alimentan, forzoso es que perezca. Nuestros órganos representan esas raíces. El agua los fortifica y los refresca. Todo el mundo sabe lo que es una rueda hidráulica: cae el agua sobre las paletas, gira la rueda, y pone en movimiento la máquina. Del mismo modo el agua que se aplica al cuerpo débil y perezoso, despierta nuestros órganos, disipando el sopor en que se encuentran sumergidos, haciéndoles volver al trabajo, y reanimando nuestro cuerpo con una nueva vida.

¡Cuántos jóvenes arrastran lánguidamente sus cuerpos, que más bien son medio cadáveres! ¡Les deseo sinceramente que descubran á tiempo el verdadero manantial de la salud!

6. Adinamia ó resolución de fuerzas.

Con esta denominación nos referimos á un estado de debilidad y de impotencia muscular, que no es consecuencia de ninguna enfermedad.

Un maestro herrero de cuarenta y seis años vino á quejárseme en estos términos: «Hace unos dos años que empecé á perder las fuerzas en las manos de tal modo, que hoy no puedo manejar bien el martillo. Mis brazos, no sólo han perdido una tercera parte del

vigor, sino que se me han quedado en la mitad; por lo demás, me encuentro bastante bien. Sin embargo, desde hace seis meses, siento que mis pies también están más débiles, y se ponen doloridos al llegar la noche; el apetito es bastante bueno, aunque no es el de otro tiempo, y siento además una gran tirantez en la parte superior de la espalda.»

Apenas se distinguían las venas en las manos, de lo cual se deducía que los brazos no estaban nutridos; de ahí la debilidad, la rigidez y la falta de calor. Los entorpecimientos en la circulación de la sangre hacia la nuca y regiones próximas, podrían haber impedido que la sangre llevara su acción nutritiva en todas direcciones. El herrero tuvo durante dos semanas que sumergir completamente los brazos en el baño de flores de heno, durante media hora todos los días, y á distinta hora repetir la operación por espacio de dos minutos en agua fría; á esto se añadió tres veces por semana la aplicación del chal. Este tratamiento fortificó los brazos, cuyas venas se llenaron, desapareciendo los entorpecimientos en la circulación. Al cabo de dos semanas se le administró diariamente una afusión superior y otra inferior, y tomó dos veces á la semana un baño caliente de flores de heno, y dos veces un baño frío de los brazos. Así continuó hasta que pudo volver á ejercer el oficio. Al interior, durante todo el tratamiento, tomó todos los días 20 gotas de ajenjo en agua caliente.

VII

ENFERMEDADES DEL CEREBRO Y DE SUS CUBIERTAS.

El cerebro y sus cubiertas son asiento de multitud de enfermedades, que unas veces consisten en lesiones más ó menos perceptibles, y otras veces en trastornos independientes de toda alteración del tejido. Las principales afecciones que hemos de tratar en este capítulo, son: *inflamación del cerebro*, la *apoplejía*, la *jaqueca*, la *cefalalgia nerviosa*, el *vértigo*, la *epilepsia*, el *baile de San Vito*, el *delirium tremens* y la *locura*.

1. Inflamación del cerebro.

Donde quiera que se produce una inflamación, afluye la sangre á través de todos los vasos; se precipita hacia el foco del calor, disminuyendo en las partes más alejadas del punto inflamado. Si se trata de una inflamación del cerebro, hay necesidad, ante todo, de llamar la sangre á las extremidades, apar-

tándose al mismo tiempo el calórico de la parte inflamada por medio de las aplicaciones siguientes:

Envolved los pies y las piernas hasta las rodillas en lienzos empapados en una mezcla de agua y vinagre. Si los pies están muy fríos la primera vez, hay que mojar el lienzo en agua caliente. Si este fajamiento de los pies se seca y se calienta, al cabo de media hora ó de una hora hay que mojar el lienzo en agua fría y aplicarlo de nuevo. Las manos y los brazos deben ser envueltos hasta el codo por el mismo procedimiento; después se puede recurrir á una compresa inferior. A los tres cuartos de hora hay que mojar el lienzo en agua fría. Si el calor continúa siendo intenso, se puede prolongar el tratamiento. Para desviar gran cantidad de calórico, puede aplicarse al vientre un lienzo fuerte en do dobleces y empapado en agua, lo cual llama más sangre al abdomen. En cuanto á la cabeza, sólo se aplicará á la frente una simple venda empapada en agua fría y renovada cada media hora. El efecto puede ser mayor rodeando el cuello con un lienzo mojado, ó aplicando un chal, pero teniendo en cuenta que el tópico no debe nunca permanecer aplicado más de tres cuartos de hora, á menos de que se vuelva á mojar en agua fría. Estas aplicaciones, alternadas, impedirán que la inflamación alcance un grado muy elevado, y harán que desaparezca en tiempo relativamente corto. Para uso interno, la mejor de las pociones es el agua fresca, tomada á pequeñas cantidades, en dosis de una ó dos cucharadas á lo sumo, pero frecuentemente. En vez de agua pura, puede tomarse un cocimiento de alholva.

2. Congestiones.

Un empleado me hizo el siguiente relato: «Respiro difícilmente; siento calambres en el cuello, y un gran dolor de cabeza. Con frecuencia paso noches enteras sin poder dormir, á consecuencia de dolores congestivos de la cabeza. Hace años que no muevo el vientre sin ayuda; siento además muchos calambres en el pecho, y cuando se extienden al vientre, se hacen muy dolorosos. Soy en extremo friolero, y mis manos y mis pies están siempre como el hielo. Mi vida sería agradable, si no estuviera siempre enfermo. He visitado ya varios establecimientos de baños, pero sin resultado. A mi corpulencia de otro tiempo, ha sucedido la delgadez. Si el agua no me prueba bien, añadió con acento melancólico, estoy perdido.»

Le prescribí el tratamiento siguiente: 1) Todos los días, por mañana y tarde, paseo muy largo á pie descalzo por la hierba, por los senderos (esto le procuró un bienestar indescriptible, y curó el dolor de cabeza. 2) Dos fajamientos de medio cuerpo por semana, y una vez por semana la bata hidroterápica.

Para favorecer la evacuación alvina, absorber durante algunos días una cucharada de agua cada media hora. Si los dolores se hacían muy violentos, recurrir al acíbar, echando tanto como abulta un guisante en agua caliente, con una cucharadita de azúcar, y tomando una cucharada de hora en hora.

Un cervecero, de unos treinta años, se encontraba

gravemente enfermo desde hacía once: en Mayo de 1877, al levantarse del lecho, sufrió un desvanecimiento, que le hizo caer al suelo y quedar sin sentido durante dos horas.

Esto fué el principio de un tifus que duró seis meses; desde entonces se veía molestado diariamente por vértigos violentos, acompañados de vómitos y de síncopes. Los vértigos se anunciaban por latidos en el cerebro, después de los cuales el paciente caía cuan largo era. En este estado permanecía de cinco á diez minutos, repitiéndose cinco, ocho y aun diez veces por día. Al cabo de seis meses, pudo volver á su trabajo, teniendo que abandonarlo de nuevo á los dos meses. Los ataques fueron entonces tan fuertes y tan frecuentes, que se vió obligado á guardar cama por espacio de ocho meses. En el transcurso de estos once años permaneció anualmente en el lecho seis, siete y ocho meses. El mal llegó á hacerse tan intenso, que hasta en el intervalo se repetían las crisis de vértigos y síncopes cada dos ó tres días, sobre todo á consecuencia de un esfuerzo cerebral ó de un movimiento brusco, ó cuando necesitaba volver la cabeza. Los ataques se anunciaban siempre por los mismos latidos de la cabeza; y si el paciente se afianzaba á una mesa ó á un árbol, las convulsiones le sacudían hasta hacerle venir al suelo. No perdía el conocimiento, pero sí la vista. Durante nueve años los ataques fueron acompañados constantemente de vómitos, que no han cesado hasta hace un año. Durante todo el tiempo de su enfermedad, el desgraciado experimentaba una presión incesante en la parte superior de la cabeza, como si llevara sobre ella una piedra enorme.

Desde hacía cinco años sufría sin interrupcion zumbidos en el oído derecho, y algo de sordera. Hacía nueve años que de noche no podía dormir hasta la una ó las dos de la madrugada, á consecuencia de una sensación de pesadez y plenitud de la cabeza; el paciente estaba en cama desde Mayo de 1886 á Octubre del 87, sin que en ese tiempo se hubiera levantado más que una sola vez, y por pocos días. Los catorce médicos que le han tratado en el curso de tan larga enfermedad, algunos de los cuales le han declarado incurable, le prescribieron infinidad de medicamentos. La mayor parte de ellos opinó que, á consecuencia de una herida de la parte anterior de la cabeza (al cervecero le había caído en otro tiempo un tonel sobre ella,) el cráneo estaba hendido, y que una esquirla era la causa del mal, por la presión que ejercía sobre el cerebro. Otros diagnosticaron un engrosamiento de la duramadre.

A mi parecer, la cabeza era asiento de grandes congestiones, y prescribí las aplicaciones siguientes: Afusión superior, paseo por el agua, afusión dorsal, afusión á los muslos y á las rodillas, baño de vapor en los pies y la bata hidroterápica. El éxito de este tratamiento, que duró cinco semanas (del 28 de Julio al 2 de Septiembre) fué extraordinario. Desde el quinto día, el enfermo declaró que ya no experimentaba la opresión sobre el cerebro. Al segundo día sufrió un ataque, á consecuencia de un esfuerzo cerebral (el enfermo escribía cartas): este ataque fué el último. De día en día, nuestro cervecero se sentía mejor, con gran contento suyo.

Durante las cuatro semanas que siguieron, se en-

contraba como regenerado. La cabeza libre y expedita, el órgano de la vista igualmente aliviado.

Hacía cinco semanas que pasaba las noches en un sueño; ahora se encuentra dichoso, y puede decirse que vuelve á vivir. De vuelta á su casa, ha seguido empleando diariamente una de las aplicaciones mencionadas.

3. Arrebatos.

Una mujer, llamada Águeda, vino á decirme: «Esta noche pasada ha tenido mi marido unos dolores atroces en la espalda, que le cogían hasta el hombro derecho y le hacían dar gritos cada vez que tenía que moverse, sin que le dejaran tampoco estar sentado, y ya ha tenido otras veces este ataque, pero nunca tan fuerte como ahora. ¿Qué debo hacer?»

Respuesta: Si de hora en hora se le lava toda la espalda con agua caliente y vinagre, y se le cubre convenientemente, los dolores desaparecerán pronto. También se le podrían aplicar compresas calientes, y renovarlas de hora en hora. Ordinariamente la enfermedad desaparece en tres ó cuatro horas, pudiendo hacer entonces dos lociones más de la espalda, con agua caliente y vinagre.

Estos golpes de sangre atacan con frecuencia á los lomos, donde ocasionan violentos dolores. El remedio más eficaz consiste en echarse sobre un lienzo empapado en agua y vinagre. Basta renovar el lienzo de hora en hora dos ó tres veces.

4. Apoplejía.

Un sujeto llamado Pablo tuvo un ataque de apoplejía; todo el lado derecho quedó paralítico; la boca muy torcida; el ojo derecho hundido; la lengua entorpecida; el ánimo muy quebrantado. Llamado el médico á toda prisa, manifestó que, por lo pronto, nada había que hacer: era preciso aguardar hasta ver si sobrevenía un segundo ataque, y que mientras tanto el paciente podría beber todos los días un poco de agua mineral amarga. No satisfizo al paciente esta receta. Hizo en seguida una tentativa hidroterápica, y se restableció en doce días. Hace de esto trece años, y nuestro profesor, de edad avanzada, pero robusto, siguió dando sus explicaciones muchos años.

¿Cómo logró curarse? Si se altera por cualquier causa la marcha regular de la rueda de un reloj, éste se pára, ó por lo menos anda mal. Puede suceder que las ruedas todas, hasta las más pequeñas, estén intactas, pero que se haya introducido en la máquina un cuerpo extraño, determinando una tensión y una presión recíproca de las ruedas, cuya marcha ya no puede ser acorde. Hay que componer el reloj; hay que ponerlo todo en orden, alejando aquello que estorba, y entonces todas las partes de la máquina, con su acostumbrada subordinación, volverán á marchar concertadamente. Otro tanto sucede con las ruedas vivas de nuestro cuerpo. Un estorbo interior, por ejemplo, uno de esos entorpecimientos en la circulación, tan frecuente en los viejos, cuyos órganos se desquician fácilmente, aunque no haya producido lesión en la boca, en la lengua, en

los ojos, etc., ha bastado, sin embargo, para perturbar sus funciones. Alejad el estorbo, y volverán en seguida la paz y el orden. Voy á indicaros el medio de conseguirlo.

Un baño de vapor en la cabeza, seguido de una afusión, ejercerá sobre las partes superiores del cuerpo una acción resolutiva, mientras que un baño de vapor en los pies desempeñará el mismo papel en las extremidades inferiores. El enfermo tomará en seguida un baño caliente, seguido de un baño frío ó de una loción fría, lo cual determina también la resolución y disminuye al mismo tiempo el aflujo de sangre al cerebro.

Cuando hayan desaparecido de este modo las obstrucciones, y la sangre haya recobrado su curso normal, será ocasión de dar con aceite á toda la máquina por medio de una alimentación nutritiva; evitando, sin embargo, las ocupaciones del estómago y todos los estimulantes, como los vinos muy alcohólicos, las especias, etc. También hay que guardarse cuidadosamente de toda excitación cerebral que represente un esfuerzo, una emoción, etc.

Un cura fué atacado de apoplejía, que le paralizó todo un lado, haciéndole perder la sensibilidad y la palabra. Por espacio de algunos días se emplearon en vano algunos medicamentos. El médico declaró, por último, que uno de los lados estaba y quedaría paralizado; que el otro quedaría lo mismo, á consecuencia de un segundo ataque, y que este último acabaría con la vida del paciente. Entonces me dije: «Cuando tan poco hay que perder, no puede ser perjudicial un ensayo hidroterápico.» Dicho y hecho; el

pie y el brazo paralíticos fueron vigorosamente lavados con agua fría. Al segundo día se le administraron dos pediluvios calientes, mientras que se lavaban vigorosamente los pies, y se le dieron cuatro lociones en la parte superior del cuerpo. Al tercer día se notaba ya que en los dos miembros aún quedaban sensibilidad y vida. El enfermo recobró su animación. Al cuarto día, con no poco trabajo, colocamos en aquel cuerpo inmóvil un fajamiento inferior que duró una hora, y por dos veces metimos aquellos pies medio muertos en un pediluvio caliente con sal y ceniza. Así continuamos quince días, después de los cuales el paciente pudo ayudarse un poco; nos presentaba la mano y el pie, y lograba levantar algo el brazo; desde entonces se recurrió, por espacio de tres semanas, á la loción de las extremidades inferiores y de la parte superior del cuerpo, una vez al día, y á lociones completas, alternando con baños de vapor en la cabeza y en los pies, una vez por semana.

Aquel árbol derribado sintió renacer sus fuerzas, y el apetito aumentó. Durante las tres semanas siguientes se emplearon los baños calientes con alternativa de baño frío, una vez por semana. Un baño de vapor en la cabeza, otro en los pies y tres baños de medio cuerpo con loción superior del cuerpo (de un minuto de duración) también por semana. Para terminar, se emplearon las afusiones superiores y las inferiores, alternando con la bata hidroterápica.

Esta curación fué, sin duda, larga, difícil y penosa; pero el paciente se restableció lo bastante para poder celebrar la misa, visitar á los enfermos, can-

tar en las grandes ceremonias y cuidarse de sus escritos.

Lo único que no pudo hacer fué predicar; la lengua había sufrido mucho, y la pronunciación de ciertas palabras era muy difícil. Desde hace diez años que padeció el ataque, su salud no ha vuelto á quebrantarse.

Otro ataque de apoplejía en un hombre de cuarenta y cinco años. La mano y el pie derechos quedaron sin movimiento ni sensibilidad; desapareció también el apetito. A este enfermo se le lavó todos los días la parte superior del cuerpo con un líquido caliente, mitad agua y mitad vinagre. Tres veces al día tomó treinta gotas de ajenjo, salvia y trébol. Al cabo de quince días, la mano y el pie habían recobrado el calor y la sensibilidad, y el paciente podía pasearse por la habitación. Aumentó el apetito, el lado paralítico recobró poco á poco sus fuerzas. Pocos días después, el cuerpo entero volvía á entrar en caja. Hagamos notar que este enfermo había bebido mucho alcohol, origen de su enfermedad. Para asegurar la salud, hubo de tomar ocho ó diez baños en un cocimiento de paja de avena, ó de rama de pino, á 30 ó 32° R., y de veinte minutos de duración.

Estos baños terminaban con una ablución fría, ó con un baño de medio cuerpo frío, con loción de la parte superior.

Otro apoplético, que presentaba la parálisis de un lado de la lengua y que había quedado sin conocimiento, permaneció en este estado diez días, someti-

do al tratamiento de un facultativo. Este último acabó por manifestar que no se podía hacer nada, y que no se haría esperar el segundo ataque. Me rogaron con grandes instancias que le viese; empecé por administrarle un baño de vapor en la cabeza. El enfermo estaba acostado; hice colocar junto al lecho, sobre un escaño, una cubeta á medio llenar de agua hirviendo (con algunos puñados de flores de heno). La parte superior del cuerpo se trajo hacia el borde del lecho y se envolvió con una cubierta de lana, de modo que los vapores bañaron la cabeza y parte superior del cuerpo. Al cabo de diez minutos se manifestó la transpiración, que duró quince ó veinte, hasta que el agua chorreaba por el cuerpo. Inmediatamente después, la parte superior del cuerpo y cabeza fueron enérgicamente lavadas con agua fresca, mezclada con vinagre, volviendo el enfermo á acostarse para descansar. El mismo día se repitió la loción, pero sin baño de vapor. Al siguiente, se le administró uno en los pies de veinticinco minutos: el enfermo seguía sin conocimiento. El cuerpo se cubrió de abundante sudor, y fué lavado en seguida. Un baño de vapor en la cabeza al tercer día, y al cuarto otro baño de vapor en los pies. Al quinto día el enfermo recobró el conocimiento, y la vida se manifestó de nuevo en el lado paralítico, pudiendo mover el brazo y el pie. Dos veces al día, durante los tres siguientes, se le lavó por completo con agua y vinagre. Recobró en parte la palabra, pero la curación no fué completa hasta pasadas tres semanas más. Desde este momento se emplearon tres aplicaciones distintas: *a*) Loción completa. *b*) Compresa superior. *c*) Compresa inferior, alternando mañana y tarde. El

enfermo se repuso en pocos días; tanto, que se le pudo aplicar por las mañanas una afusión en las rodillas y otra superior por las tardes, reemplazadas alguna vez por una loción completa. Cuando pudo andar, tomó baños de medio cuerpo y afusiones superiores con afusión á las rodillas, alternando por mañana y tarde.

La curación fué tan definitiva, que, desde hace doce años, no ha vuelto á sentir molestia alguna. Debemos hacer una observación general, que puede ser de utilidad para alguno de mis lectores. Cuando sobreviene la apoplejía con parálisis parcial, hay que aplicar inmediatamente enérgicas lociones frías á la espalda, al pecho y al bajo vientre, dos ó cuatro veces al día, pudiendo echar en el agua un poco de sal ó de vinagre. Hay que lavar también los pies, las piernas y los brazos, para distribuir de un modo uniforme la sangre y generalizar el calor. Todas las lociones (no me cansaré de repetirlo) deben hacerse con la mayor rapidez, de modo que no duren nunca más de un minuto.

Si la parálisis es sólo parcial y el enfermo puede sentarse, hay que empezar por un baño de vapor en la cabeza, de veinte minutos, seguido de una vigorosa ablución de la parte superior del cuerpo, que dará excelentes resultados. Pasadas cuatro ó seis horas, repetir el baño de vapor y la ablución, ó una afusión inferior en lugar de esta última. A estas aplicaciones pueden seguir las lociones antes mencionadas. Al principio no hay que hacer uso de los fajamientos completos, porque el calor natural es escaso y difícilmente reemplazable. Sé de un caso en que el médico quiso salvar al enfermo por medio de

los fajamientos: la primera aplicación le fué provechosa, pero á la segunda el enfermo se quedó frío y el cuerpo tomó un tinte lívido, habiendo necesidad de emplear, para calentarle, el calórico exterior.

5. Dolor de cabeza.

«Hace seis ó siete años—me contó un empleado—que padezco de un dolor de cabeza que me hace muy penoso, y alguna vez imposible, mi trabajo. Tengo gran desaliento y pocas ganas de vivir. Siento opresión en la cabeza, como si en ella flotara un líquido; el ejercicio á pie me ocasiona grandes dolores. Si entro en calor andando ó trabajando, me encuentro como borracho. He tenido ya ocho veces cólicos nefríticos. Doce médicos á quienes he consultado en distintas épocas acerca de la enfermedad que debo tener en la espalda, no han sabido diagnosticarme; sólo uno de ellos pudo aliviarme un poco. Cuando como algo ácido ó tengo desarrollo de gases, me acometen los dolores á los riñones. Cuando sudo mucho y me caliento un poco, lo mismo que cuando permanezco algún tiempo en pie ó sentado, me resiento inmediatamente; tan pronto tengo un calor ardiente en todo el cuerpo, como siento en seguida un calofrío que me pasa de parte á parte. El verano es siempre para mí más molesto que el invierno. En otro tiempo estaba siempre soñoliento; sin embargo, estaba sano, fuerte, grueso y robusto. No creo que pueda haber vida más miserable que la que yo llevo desde hace veinte años. He estado en las aguas de Kœnigstein, que me aliviaron algo; pero nada más.»

Prescribí á este enfermo el tratamiento siguiente: 1) Dos veces al día afusión superior. 2) Todos los días paseo por el agua y afusión á la rodilla. 3) Cada semana, de tres á cinco afusiones dorsales y baño de asiento á menudo. 4) Muy especialmente los medios de endurecimiento (paseo por la hierba y por el piso mojado). 5) Por último, la tisana de enebro, escaramujo y de cola de caballo, dos tazas diarias, pero solamente por intervalos. Se curó en cuatro semanas, y, ahora que han pasado seis meses, puede decir que goza de una salud floreciente y de la plenitud de sus fuerzas físicas y morales.

Otro sujeto me dijo: «Tengo treinta y cinco años y sufro continuamente de dolor de cabeza, que con frecuencia me ocasiona gran debilidad. Casi siempre me veo acometido de dolores en el pecho ó en la espalda; pero los más molestos son los de la nuca, en la cual siento continuamente contracciones espasmódicas. Es sorprendente cómo se me cae el cabello; á este paso, dentro de seis meses estaré completamente calvo. Los pies y las manos los tengo siempre fríos; el apetito es nulo.»

Tratamiento: 1) Ponerse una camisa empapada en agua de sal, tres veces por semana. 2) Lavarse el cuerpo durante la noche, tres veces por semana. 3) Tomar todos los días un poquito de polvo blanco.

A los dos meses, nuestro hombre volvió y me dijo que se encontraba completamente repuesto. Que no sentía ya dolores, ni aun en los sitios en que habían sido más violentos, y que su peso había aumentado en diez libras.

Dos músicos de profesión me hicieron el siguiente relato: «Ambos padecemos el mismo mal, Cefalalgia continua, algunas veces insoportable; sueño corto y muy agitado; las congestiones y los vértigos nos atormentan extraordinariamente. Tenemos las manos y los pies completamente fríos, y ya nos cuesta gran trabajo ejercer nuestra profesión.» Ambos enfermos pasaban de cincuenta años.

Los dos compañeros de infortunio emplearon durante doce días los remedios siguientes: Dos veces al día, afusión superior y afusión á las rodillas; un día baño de medio cuerpo, al otro afusión dorsal. Además, una vez por semana, baño de vapor en la cabeza.

Al cabo de doce días, completamente restablecidos, volvieron á sus ocupaciones. Para conservar la salud y aumentar sus fuerzas, sólo tenían que hacer una aplicación diaria y tomar dos veces por semana un baño de medio cuerpo. Las últimas noticias que de ellos he recibido confirman el sostenimiento de la mejoría.

Un húngaro me dijo lo siguiente: «Desde hace un año me siento incapaz de hacer trabajo alguno, á consecuencia de dolores de cabeza y vértigos; tengo picores y ardor intenso por todo el cuerpo, que no me dejan dormir. La melancolía y la inquietud me molestan continuamente, como consecuencia de mi enfermedad.»

Algunas semanas de tratamiento hidroterápico le curaron completamente: 1) Todos los días afusión superior, y en seguida paseo por el agua. 2) Cada día baño de medio cuerpo. Durante la segunda y tercera

semana, tres veces baño de medio cuerpo: á diario la afusión superior con afusión á las rodillas. Más tarde baños generales y afusión superior, con paseo por el agua.

Un sujeto de elevada posición padecía un dolor de cabeza muy extraño, que empezaba á las siete de la mañana y no desaparecía hasta la puesta del sol, haciéndole sufrir hasta el extremo de tener que abandonar sus escritos y privarse aun de la más pequeña lectura. Por la noche desaparecía completamente su mal. siempre que no violentase su cerebro. La parte enferma se encontraba al lado izquierdo de la frente, en una extensión del diámetro de un duro El dolor se extendía de la cabeza á todo el cuerpo. El enfermo enflaquecía á ojos vistas, y las fuerzas desaparecían rápidamente.

Inutilmente se consultó á los médicos de más fama y visitó el enfermo un establecimiento hidroterápico. Los médicos acabaron por enviar al enfermo á las aguas de Meran, como última tentativa, y de ellas volvió contento y aparentemente curado, recibiéndole su familia con entusiasmo y celebrando sinceramente el restablecimiento. Pero he aquí que al día siguiente, á las siete de la mañana, se presentó de nuevo el huésped y ocupó su antigua posición. La familia, trastornada, no sabía á qué santo encomendarse; los amigos hablaron calurosamente del agua, decidiéndole por fin á hacer un ensayo en mi establecimiento. El paciente estaba muy flaco y tenía el aspecto enfermizo. Después que me hubo descrito su enfermedad, añadió que casi nunca se veía libre de catarros y que tenía poco calor natural, lo que

provenía, sin duda, de un accidente que le había ocurrido en otro tiempo.

Conociendo ya su estado patológico, sólo pensé en perseguir la curación. El aspecto enfermizo, la falta de calor animal, el exceso de sensibilidad para todo cambio de temperatura, el enflaquecimiento, todos estos síntomas, eran para mí otros tantos testigos autorizados, cuyas acusaciones no se limitaban á la parte dolorida de la frente, sino á todo el organismo debilitado, y á estas acusaciones subordiné mi plan. Había que actuar sobre todo el organismo, sin cuidarse de la afección localizada en la cabeza. En consecuencia, empleé los medios de endurecimiento con algunas lociones, procedimientos descritos en la primera parte de esta obra, y que restablecieron la salud quebrantada; esto es, la transpiración igual en toda la superficie cutánea, la circulación regular de la sangre, la buena digestión, y, por lo tanto, el aumento de calor natural, la mejoría de aspecto y la curación completa. La historia de siempre, que nunca será bastante contada.

El resultado probó la exactitud de mi opinión acerca del dolor de cabeza. En seis semanas se repuso completamente el organismo. Las siete de la mañana sonaban desde entonces sin que apareciese el temido dolor de cabeza. El agua, saneando el cuerpo en conjunto, había curado también aquella parte, sin tocar á ella directamente.

6. Cefalalgia nerviosa.

Dos alumnos tuvieron que abandonar el colegio antes de fin de curso; padecían de tal afiujo de sangre á la cabeza y tan molesta cefalalgia, que apenas podían leer. Ambos habían empleado multitud de remedios para curarse; pero sin resultado. Mi consejo fué sencillamente que pasaran la mayor parte del día paseándose á pie descalzo, sobre todo por la hierba mojada, pasando algunos minutos de hora en hora con los pies metidos en un arroyo y administrándose dos afusiones superiores, y en tiempo de calor, tres.

Los jóvenes siguieron mi consejo, y animados por la mejoría, prolongaron aquellas prácticas. Al acabar las vacaciones, volvieron sanos y contentos á sus estudios.

¡Cuán conveniente serían en los colegios, en que se hace tanta gimnasia, las prácticas hidroterápicas que, en vez de recalentar y excitar el organismo, lo calman, por el contrario! No se puede tener idea de lo beneficioso que es un paseo dado con los pies desnudos por un prado húmedo.

Un hombre de cuarenta y cinco años se lamentaba en estos términos: «Los médicos me han diagnosticado una cefalalgia nerviosa. Parece que me aprietan la cabeza con una venda, según la presión insoportable que siento en el occipucio, bien á la derecha, bien á la izquierda. Cuando el mal se fija en la espalda, siento grandes palpitaciones, que me du-

ran horas enteras. Algunas veces el apetito falta por completo y el vértigo es tan molesto, que no puedo andar solo y tiene mi mujer que acompañarme. El sufrimiento moral es todavía mayor, y la tristeza es tan grande, que me inclina muchas veces al suicidio.»

Este enfermo estaba regularmente grueso, su color era amarillento, el cutis ajado y su gordura un poco fofa. Un tratamiento de trece días le repuso considerablemente, haciendo disminuir el peso del cuerpo y disipando el dolor de cabeza y el vértigo. Al mismo tiempo volvieron el buen humor, el apetito y el sueño tranquilo.

Tratamiento: Primer día: afusión superior y afusión á las rodillas por la mañana, afusión dorsal y paseo por el agua, por la tarde. Segundo día: afusión dorsal por la mañana, más tarde paseo corto por el agua; por la tarde nueva afusión dorsal, y despues afusión á las rodillas. Tercer día: por la mañana afusión superior y afusión á las rodillas. por la tarde afusión completa, después baño de medio cuerpo. Así continuó, merced á su robustez, que le permitía recibir cuatro aplicaciones diarias.

Durante las vacaciones de Pascuas, recibí la visita de dos estudiantes que me dijeron: «Padecemos cefalalgia, aflujo de sangre á la cabeza, sueño inquieto, gran fatiga y poco apetito, de manera que nos es imposible continuar el estudio. ¿No podríamos curarnos durante estas vacaciones, por medio de la hidroterapia?»

Como estábamos en Primavera y aún hacía bastante frío y el sol era débil, les aconsejé que pasa-

ran los días de vacaciones al aire libre, en el bosque, andando descalzos por los prados; y en cuanto sintieran frío, que hicieran mucho ejercicio, paseando de vez en cuando por un foso lleno de agua, durante dos ó tres minutos y sumergiendo dos ó tres veces los brazos en agua.

Estos ejercicios agradaron mucho á los jóvenes, y con ellos recobraron la animación y la alegría. Repuestos y contentos, volvieron á los estudios, pudieron trabajar fácilmente, y de antemano les regocijaba la idea de poder endurecer y vigorizar su cuerpo durante las grandes vacaciones de Otoño.

No hay que olvidar que, á continuación de un paseo por la hierba húmeda ó por el agua, hay que hacer siempre ejercicio, para restablecer el calor natural, lo que se consigue rápidamente en los jóvenes.

El mismo caso pude observar en un seminarista, que me dijo: «Tengo tal tensión en la cabeza, que alguna vez no tengo conciencia de mí mismo ni de mis actos. Sufro á menudo grandes vértigos, y me es imposible el ejercicio intelectual; he tenido que salir del Seminario tres meses antes de acabar mis estudios, y cuando ya estaba para ordenarme.»

Esto era en el mes de Agosto, y nuestro joven pasó diez días en jardines y bosques, desde la mañana hasta por la noche, paseándose con los pies desnudos. Además recibió diariamente de dos á cuatro afusiones superiores. En el espacio de doce días, desaparecieron los síntomas de la enfermedad.

Se sintió fuerte, alegre, y sólo necesitó, para asegurar la salud, pasar del mismo modo las vacaciones de Otoño.

7. Jaqueca.

La jaqueca, llamada también *hemicránea*, porque ataca un solo lado de la cabeza, es, sobre todo, enfermedad del sexo débil; pero los hombres dotados de una inteligencia superior también la padecen, sobre todo si trabajan intectualmente por espacio de muchas horas. Sabido es que los médicos consuelan á los enfermos, diciéndoles: «No tengáis cuidado: los asnos no padecen de jaqueca.»

Esta afección tiene frecuentemente su origen en un trastorno de la circulación de la sangre; pero con más frecuencia aún, en las influencias perturbadoras del estómago y de los intestinos (inapetencia completa, y aun aversión profunda á los alimentos).

Si el bajo vientre está más ó menos debilitado en su conjunto; si los gases se acumulan en él y las deposiciones no son regulares, el efecto reflejo de este estado se hace sentir muy á menudo en la cabeza, originando dolores en tal ó cual parte de ella; ó bien puede suceder que una perturbación en el curso de la sangre la haga afluir á un sitio determinado. Alguna vez, la funesta enfermedad hace su aparición perturbando la vista, como si hubiera un crespón ante los ojos. Otras veces se manifiesta en la comisura de los párpados, y no faltan sujetos cuya vista se perturba, hasta el extremo de creer que ven bailar ante ellos todo género de figuras fantásticas.

La jaqueca aparece con frecuencia en las convalecencias, cuando la naturaleza no se ha repuesto completamente y los órganos no disfrutan aún de su actividad normal. También puede padecerse por

herencia. Yo he oído á muchos enfermos de jaqueca, que su padre ó su madre también la habían padecido.

Esta dolorosa afección no es difícil de curar. Si la jaqueca proviene del desarrollo de gases (que para mí es la causa primordial), bastará lavar bien el abdomen con agua fría, de dos á cuatro veces por día, durante dos ó tres de éstos. Esta sencilla operación, no sólo elimina los gases, sino que modifica las deposiciones, y basta algunas veces para disipar toda molestia. El efecto es más sensible, si al agua destinada á las lociones se mezcla un poco de sal y vinagre.

Cuando no basten estas aplicaciones, se podrán tomar dos ó tres baños de medio cuerpo, lo cual debería ser eficaz en todos los casos. Al mismo tiempo, el paciente puede recurrir á la infusión de cominos ó de hinojo, que producen excelente efecto. Tampoco son de desdeñar ciertos remedios domésticos; el aceite de espliego, tomado mañana y tarde, en dosis de cinco gotas, ó también seis ú ocho gramos de enebro, machacado, en el transcurso del día.

Muchos ven en el polvo efervescente un remedio radical contra la jaqueca. Elimina los gases, es verdad, pero no hay que exagerar su influencia; no se trata de un remedio radical. Semejante reclamo me recuerda la divertida historia de aquel que mató una liebre con un cohete. El *non plus ultra* de los remedios es hoy *el lápiz contra la jaqueca*, pequeño estuche de madera muy pulimentada, que encierra la bellota maravillosa, de la cual se desprende un fuerte olor á alcanfor. No hay hombre de sociedad ni dama encopetada que salga de casa sin este pequeño *vade*

mecum. Ya hemos visto que la causa de la jaqueca reside. en la mayor parte de los casos, y principalmente, en el abdomen. ¡Y quieren hacer creer que basta pasar por la frente una cuantas veces este lápiz mágico, para que desaparezca la jaqueca!

No digo que no; pero no podría menos de sonreirme si un enfermo, á quien el médico hubiese recetado una lavativa, se hiciera jeringar las orejas, en lugar de tomarla.

8. Vértigo.

Un sacerdote que estaba en lo mejor de su edad, sentía que sus fuerzas disminuían por momentos, sobre todo en las piernas; con gran trabajo lograba andar un kilómetro, y de un día á otro le parecía que sus piernas le iban á rehusar todo servicio. Experimentaba, además, muchos vértigos, hasta el punto de que no podía permanecer en pie mucho tiempo sin algún sostén, y cuando celebraba la misa, tenía que apoyarse en el altar para volverse. Cuando el vértigo se aliviaba un poco, experimentaba violenta opresión en el pecho, y algo así como la proximidad de un ataque de apoplejía.

Cuando vino á verme, había tomado ya gran candad de medicamentos y aguas minerales, todo sin resultado. Tenía buen aspecto y buen apetito; pero no podía decirse lo mismo del sueño.

Tratamiento: Alejado de su parroquia durante tres semanas, se paseó todos los días con los pies descalzos por la hierba, sobre el piso mojado y con agua á las rodillas. Recibió al principio dos afusio-

nes superiores y una afusión á las rodillas cada día. Más tarde, baños de medio cuerpo y baños completos, en plena transpiración.

Al terminar el tratamiento, probó á andar cuatro leguas en un día, y consiguió realizarlo sin fatiga. Se sintió, pues, perfectamente curado, y volvió contento á su casa.

El siguiente relato pertenece á un viejo de setenta y cuatro años:

«Yo padezco á menudo de un vértigo horrible, y á veces de violenta opresión en la cabeza. Mis pies están, de ordinario, completamente fríos. Si la cabeza me deja en paz, experimento grandes trastornos en los intestinos; no puedo mover el vientre sin tomar antes algo para ello. El libro MI CURA DE AGUA me ha dado que pensar. Si á mi avanzada edad todavía puede dar resultado la hidroterapia, me someteré á ella como un muchacho; en el caso contrario, me abandonaré resignadamente á mi suerte.»

A las tres semanas, el valiente viejo estaba ya tan restablecido, que sentía en el alma haber traspasado su cargo á otro.

Tratamiento.—Primer día: por la mañana, loción de la parte superior del cuerpo con agua y vinagre; después, afusiones en las rodillas; por la tarde pediluvio caliente con sal y ceniza durante catorce minutos. Segundo día: por la mañana afusión superior (una sola regadera llena), en seguida paseo de cinco minutos sobre piso mojado; por la noche baño de asiento frío de un minuto. Tercer día: por la mañana paseo por el agua durante dos minutos, después inmersión de los brazos en el agua, al mediodía afu-

sión superior, al anochecer baño de asiento. Cuarto día; por la mañana, paseo de tres minutos. Después del mediodía afusión dorsal, por la tarde baño de medio cuerpo de un minuto. Estas últimas aplicaciones, que son de una fuerza considerable, continuaron en la misma forma; el vértigo desapareció completamente, se regularizaron las deposiciones, fueron eliminados los gases, restablecido el calor natural y arreglada toda la máquina. El viejo recobró, por decirlo así, cierta frescura juvenil y un apetito inmejorable.

Se me preguntará quizás por qué, en un hombre de edad tan avanzada, no he empleado más que una sola aplicación de agua caliente en todo el curso del tratamiento.

La razón es muy sencilla: el viejo aún tenía bastantes fuerzas y no poco calor natural; de otro modo, hubiera sido necesario aumentar el calórico por medio de lociones hechas en el momento en que el enfermo abandonara por un instante el lecho, bien con agua de sal, caliente, bien con agua y vinagre. Cuando en los viejos se procura el desarrollo del calor natural por medio de lociones calientes y como tentativa se aplica una loción fría, no tardan en desdeñar el agua caliente y preferir el agua fría, porque sienten que esta última produce mejores efectos y aumenta mucho más el calor natural.

Un sacerdote de setenta y ocho años sufrió un vértigo de tal naturaleza, que no podía levantar los ojos ni andar por la calle con paso seguro. Estaba astante grueso; pero en su aspecto todo denotab[a]

que el pobre viejo carecía de calor físico. A pesar de todas sus enfermedades, para las cuales nadie hubiera creído en la eficacia del agua, su rostro se rejuveneció de un modo sorprendente. El vértigo y la inseguridad en la marcha desaparecieron, y aquello fué como aceite echado á una lámpara que se extingue.

Si algún viejo lee estas líneas, no dejará de preguntar cómo se logró tal resultado. He aquí la respuesta:

Primer día: Por la mañana, fajamiento que empezaba por debajo de los brazos con un lienzo empapado en un cocimiento caliente de flores de heno durante hora y media. Por la tarde loción muy caliente con una mezcla de agua y vinagre. Segundo día; por la mañana, un baño de vapor en los pies durante veinte minutos, seguido de una rápida afusión de agua fresca. Tercer día; baño de vapor en la cabeza durante veinte minutos, seguidos de una afusión superior. Cuarto día; por la mañana afusión superior fría, después una afusión á las rodillas; por la noche aplicación de una camisa mojada, teniéndola hora y media. Quinto día; por la mañana un pediluvio caliente con sal y ceniza. Por la noche una afusión superior y una afusión á las rodillas; Desde entonces todas las aplicaciones fueron frías; afusión superior y afusión á las rodillas alternada, por la mañana; dos horas después paseo por el agua é inmersión de los brazos; por la tarde una afusión superior. Continuar así unos seis días, añadiendo, sin embargo, una ó dos lociones completas por la noche, saliendo del lecho. De vuelta á su casa, le bastó dar dos paseos por el agua todas las semanas con

inmersión de los brazos y tomar un baño de asiento caliente ó frío. Para uso interno, una infusión de hinojo, hierba de San Juan y salvia.

9. Epilepsia (mal caduco).

Jamás pregunto á los epilépticos acerca del estado de su salud; me limito á preguntarles si hace mucho tiempo que padecen la enfermedad, qué edad tienen, si alguna vez advierten los fénomenos precursores del ataque, y si sus facultades intelectuales están en buen estado ó están ya perturbadas. Tengo la convicción de que el origen de este mal está principalmente en la sangre, sea por falta de ella, sea que esté corrompida ó perturbado su curso. Mi opinión está fundada en hechos numerosos, que demuestran que las erupciones que artificialmente producimos en la piel (que es como una evaporación de la sangre), han aliviado siempre por cierto tiempo á los atacados de epilepsia, y que estos enfermos, calificados de incurables, se distinguen siempre por la piel turgente y el color violaceo de la cara, resultado indudable de los entorpecimientos con que circula la sangre morbosa.

Cuando el enfermo responde favorablemente á mis preguntas, que es el caso más frecuente, en enfermos de ocho á veinte años, considero el mal caduco como un estado convulsivo curable, semejante á la corea ó baile de San Vito. Así he podido tratar á numerosos enfermos, aun á aquéllos que padecían el mal por herencia. Si, por el contrario, el enfermo responde negativamente á mis preguntas so-

bre sentir la proximidad del ataque y sobre la integridad de sus facultades mentales; si veo, sobre todo, que el mal es antiguo y ha producido ya más ó menos idiotismo, en ese caso el desgraciado que, por fortuna suya, no tiene conciencia de su triste estado, nada debe esperar de mi sistema.

Estos son los principios que sirven de base á mi conducta, que tiene siempre por objeto mejorar la sangre de los epilépticos y regularizar su circulación. Ante todo, he procurado endurecer á los enfermos, instándoles particularmente á pasearse mucho con los pies descalzos. En verano les hacía tomar de vez en cuando un baño frío, cuya duración no excedía jamás de un minuto; en invierno duraba uno ó dos minutos, pero con agua tibia. Una vez por semana empleaba la camisa empapada con agua de sal,

Las erupciones que con frecuencia provocan estas aplicaciones de agua, son tratadas como quedó explicado oportunamente. (Véase *Erupciones*.)

Recomiendo siempre á los jóvenes que se acostumbren á un traje sencillo y racional, que no les afemine; y á las jóvenes aconsejo incesantemente que se curen de la manía injustificada, malsana y perjudicial de llevar corsé. Hay que contentarse con una alimentación sencilla, y evitar el trabajo en obras de arte y esfuerzos nerviosos de todo género.

El trabajo debe estar siempre en relación con las facultades y los medios de cada cual.

10. Baile de San Vito.

Un padre de familia vino á contarme lo siguiente:

«Tengo una hija de diez años, que nunca ha gozado de completa salud. Su dentición fué tan laboriosa. que puso en peligro su vida; después, una de las piernas le ha quedado más delgada que la otra; ahora padece el baile de San Vito. No puede comer ni dormir y las convulsiones la ponen en un estado espantoso. He consultado á varios médicos, pero la pequeña empeora siempre.»

Aconsejé al buen hombre que hiciera hervir hierba de retoño, por espacio de media hora, echando gran cantidad de ella para que resultase espeso el cocimiento, y añadiéndole un poco de sal. Que empapase después en este líquido una camisa de lienzo burdo, y después de retorcida se la pusiera á la pequeña, envolviéndola en seguida una cubierta de lana. Que la tuviese así hora y media ó dos horas, y si se dormía, que no la despertase, aunque pasara el tiempo marcado. Que hiciera esto todos los días durante una semana, y volviese después á mi casa.

Ocho días después, volvió y me dijo:

«Señor cura: la niña tiene una horrible erupción en todo el cuerpo, sobre todo en el pecho y en la espalda; pero está más lista, no siente dolor alguno, han cesado los calambres, duerme bien, y comienza á tener apetito. ¿Qué he de hacer ahora?»

»Desde este momento, le dije, no pongáis á la niña la camisa mojada más que de tres en tres días. Dentro de quince, la niña estará restablecida. Dadle, además, todos los días, veinte gotas de este líquido

con un poco de agua.» Y le dí la esencia de ajenjo, de que se ha hablado en la segunda parte de esta obra.

11. Delirium tremens (locura alcohólica).

Un hombre de treinta y seis años había bebido mucha cerveza, y comía muy poco, alimentándose así más de la cerveza que de otra cosa. Mientras la tenía en el cuerpo, se sentía fuerte; pero en cuanto los vapores alcohólicos se desvanecían, sufría una gran debilidad.

El *delirium tremens* se había indicado ya tan claramente en este desdichado, que hasta los muchachos comprendían que no estaba en su juicio. Además, se quejaba mucho de dolores reumáticos, de calambres y de cefalalgia frecuente. Por difícil que sea curar un borracho, nuestro hombre tenía buena voluntad, y estaba decidido, costara lo que costara, á curarse el vicio.

El tratamiento siguiente lo ha restablecido por completo en tres semanas: Cada día se le administraron dos ó tres aplicaciones de agua en esta forma:

Primer día: *a*), afusión á las rodillas; *b*), paseo por el agua é inmersión de los brazos; *c*), afusión dorsal. Segundo día: *a*), baño de medio cuerpo; *b*), afusión superior con afusión á las rodillas. Tercer día: *a*), baño de asiento; *b*), afusión superior. Cuarto día: *a*), baño de medio cuerpo; *b*), baño completo.

Así se continuó hasta la curación. Desapareció el estado enfermizo, mejoró completamente el aspecto,

renació el apetito, y el deseo inmoderado de la bebida desapareció completamente. Hagamos notar que durante el tratamiento, los elementos morbosos buscaron salida á través de los exantemas que aparecieron en diferentes puntos de la piel.

12. Enajenación mental.

Situación horrible debe ser la del desgraciado sobre el cual caiga la noche intelectual, borrándole del número de los hombres, para hacer de él un ser desprovisto de razón. Hace cincuenta, cuarenta y aun treinta años, las enfermedades mentales eran fenómenos raros. Todo el mundo reconoce que el número de aquéllas aumenta hoy espantosamente. Los manicomios, ya muy numerosos, están llenos, y no bastan para contener á tanto enajenado. En muchos puntos, además de los manicomios de los grandes centros, se construyen verdaderos barrios para los locos. ¡Extraña impresión sobrecoge nuestro espíritu al visitar estos cementerios de vivos! ¡La criatura humana, capaz de tantas grandezas, reducida á tanta miseria! ¡Dios nos preserve de semejante prueba!

Estos pensamientos son los que nacen en todo espíritu contemplativo, al atravesar aquellos sombríos corredores. Esto, por lo que respecta á la locura completa, á la demencia.

Pero... ¡cuántos centenares y aun millares de hombres sólo están medio locos, y sufren horriblemente, siendo curados muy rara vez! Puedo decir, con toda verdad, que gran número de estos desgraciados han buscado en mí el alivio y la curación, y que por

mi parte dedico á esta clase de enfermos, tan abandonados y tan desesperados, mi mayor cariño y mi solicitud más grande. No estaban bastante locos para entrar en un asilo, y sin embargo no podían entregarse á una ocupación regular. Las angustias de estos enfermos son indecibles, indescriptibles, innumerables y variadas hasta lo infinito. Las ideas más extravagantes pueblan los excitados cerebros de estos infelices, como zumban las moscas á los calientes rayos del sol canicular; unos detestan la profesión que han ejercido hasta entonces, otros no quieren rezar; la misantropía y la antropofobia dominan en los unos; otros se encolerizan contra sí mismos y quieren darse la muerte, etc., etc. Las ideas de estas pobres criaturas son tan variadas como sus mismas cabezas.

En todos los enfermos de esta clase que llevo vistos en treinta años, he encontrado siempre la causa de la enfermedad. Unas veces ésta era congénita, y su gérmen existía, por lo tanto, desde la infancia; otras veces procedía de vicios constitucionales, de enfermedades (1) así como del género de vida.

Hay que hacer una observación importante, para evitar errores en este punto. Importa mucho apreciar fríamente estos casos, y que nuestro espíritu no se extravíe. Nunca me cansaré de predicar contra la insensata tendencia de los que se empeñan en ver

(1) *Mens sana in corpore sano*, decían los antiguos. Un espíritu sano no puede habitar un cuerpo que no lo esté. No olvidéis que el país, el palacio ó la vivienda ruinosa y miserable, ejercen gran influencia sobre los que la habitan. ¿Cómo podría suceder otra cosa, tratándose del alma y del cuerpo, tan íntimamente unidos y formando entrambos una sola unidad?

en estas cosas influencias sobrenaturales, y sobre todo influencias diabólicas. Aun el que se crea incontrastablemente obligado para relacionar tal ó cuál caso de locura con la presencia de algún demonio, sepa que con el agua fría basta para arrojarlo.

En mi larga práctica no he visto un solo caso en que los remedios naturales, bien administrados, no hayan producido efecto; yo me aferro, pues, á la fe y á la idea de lo sobrenatural como á una tabla de salvación; y no querría ¡Dios me libre! abandonar ni un ápice de mis creencias religiosas; pero tampoco quiero dar que reir á los enemigos de nuestra fe, ni proporcionarles pretexto para atacar nuestra religión.

Al buen entendedor, pocas palabras. Un ejemplo: Un hermano me trae á su hermana; ésta pretende que el espíritu maligno se ha alojado en mitad de su pecho; que ella sabe muchas cosas del diablo; que el diablo sabe todas las cosas de ella, hasta sus más secretos pensamientos; que él la domina y la dirige; que su hermano está loco, que el cura está más loco todavía, pero que el más loco de todos es el médico. ¿Por qué?. «Porque dice, como todos, que debo cambiar de ideas, dejarme de tonterías y obedecerlos; como si una vez que el diablo ha tomado posesión de alguien, pudiese la cabeza disponer nada.»

No podéis tener idea del frenesí salvaje con que la pobrecilla tronaba contra los tres personajes citados.

Si hubieran sido prudentes, puesto que sabían de qué mal se trataba, no hubieran llevado á la enferma á tal grado de excitación, y mi tarea hubiera sido más fácil. Porque con estas personas todo de-

pende de la manera de abordarlas: no la contradije en nada, y me limité á contestarla; «en efecto, hay algún trastorno en el interior de vuestro cuerpo.» Esta contestación la satisfizo y me gané su confianza, como me lo demostraron estas palabras: «el que no crea que tengo el diablo dentro de mí, mal podría arrojarle.» Esta confianza significaba la mitad de la curación, y que mi trabajo estaba casi hecho. Tomó todo lo que le prescribí, y empleó exactamente todas las aplicaciones de agua que le indiqué, curándose completamente en seis semanas.

Es muy interesante para mis lectores conocer el padecimiento de esta criatura. Sus facciones estaban como dislocadas, las manos frías y los pies más fríos todavía; experimentaba en el pecho gran opresión, y por parte del estómago, aversión declarada hacia todo alimento. Toda la sangre parecía afluir al pecho. Mi primera tarea fué, pues, regular la circulación de la sangre, á fin de restablecer en todos los organismos el calor normal y el funcionamiento normal de todo el organismo. A este fin, la enferma tuvo que sumergir las piernas hasta por encima de las pantorrillas en agua fría, por espacio de dos minutos dos veces al día, haciendo mucho ejercicio después, á fin de recalentar los pies lo antes posible; en seguida tuvo que sumergir, también dos veces al día, los brazos en agua durante dos minutos, haciendo inmediatamente con ellos un ejercicio cualquiera, para calentarlos aprisa. Estando acostada, se hizo lavar dos veees por día la espalda, el pecho y el bajo vientre en agua y vinagre. Estas aplicaciones, relativamente débiles, se repitieron con exactitud durante dos semanas. La sobrexcitación perdió en

intensidad, á pesar de que el diablo levantaba todavía su asustada cabeza; las facciones de la enferma iban siendo más animadas y expresivas.

Al cabo de dos semanas, empecé á tratarla con mayor energía. La enferma se aplicó los fajamientos inferiores, alternando con los baños de medio cuerpo (solo de medio minuto, y seguido de ablucion de la parte superior del cuerpo), y la bata hidroterápica. Tres aplicaciones en tres semanas. Pasado este tiempo, sólo se aplicó una loción completa y un fajamiento de medio cuerpo cada semana, para asegurar la curación. Así fué exorcizado el diablo, y á la sobrexcitación sucedieron una tranquilidad y una paz inalterables.

Unos pobres padres, me llevaron un chico de diez años, y me dijeron: «Cada vez que oye tocar á misa, se pone furioso y profiere los juramentos y blasfemias más horribles; jamás hemos oído cosa semejante. Otro tanto sucede al ver que la gente se dirige á la iglesia; queda un rato tranquilo, pero cuando los fieles vuelven á salir del templo, da comienzo á sus imprecaciones, hasta que se aleja el último devoto. Cuando nosotros rezamos, vuelve á los juramentos, que duran lo que nuestro rezo. Esto es espantoso, señor cura. Ya pueden hacer de él lo que quieran, todo es inútil; las reprensiones, sobre todo, le ponen aún más furioso. Un dia cogió á su madre y afianzándola con sus manos como dos zarpas, la sacudió con una fiereza impropia de su edad. Hemos consultado varios médicos: ¡trabajo perdido! También ha sido exorcizado, pero en esta ocasión juró más que nunca, etc...»

El muchacho tenía un aspecto bastante extraño; el cutis ajado, los rasgos dotados de una expresión salvaje, los pelos tiesos como las púas de erizo: fuí á tomarle la mano y se me quiso tirar á la cara. Los sacerdotes que lo habían visto en tan horrible estado, habían dicho: «si hay que creer en poseídos, éste es uno de ellos.»

Desde un principio, solo ví en todo esto una enfermedad natural, y no me engañé: En seis semanas el pobre niño quedó completamente curado; hice que le pusieran todos los días, por espacio de una hora ú hora y media, una camisa empapada en agua con un poco de sal, y también una vez por día que le lavaran todo el cuerpo, echando al agua un poco de vinagre. Se continuó con esta doble operación durante dos semanas. El primer día de la tercera se aplicó la camisa mojada; el segundo, tomó un baño caliente á 28° R., de media hora de duración, con alternativa de un baño frío de medio minuto; el tercer día loción completa. Este fué el tratamiento durante la tercera y cuarta semana. En la quinta bastaba con una camisa mojada; en la sexta y última, un baño caliente, seguido de loción rápida en agua fría.

Se produjo un cambio brusco, una mejoría; aumentó el calor en el chico, reapareció el apetito, haciéndole saborear con delicia su alimentación, compuesta de leche y alimentos farináceos. El desarreglo del cerebro había desaparecido como por encanto.

Preguntará el lector: «¿Por qué este señor cura no emplea las afusiones en estas enfermedades, puesto que en las casas de locos se aplican las duchas á los

más furiosos?» Supongo, salvo mejor parecer, que el cazador que quiere hacer salir al zorro de su cueva, no ha de entretenerse en disparar tiros de fusil en la boca de la guarida. Antes lo conseguirá excitando el apetito del astuto bicho con el cebo de una gallina ó un cochinillo. Pues bien, querido lector; allí donde hay enfermedad, hay elementos morbosos: resolver y eliminar estos últimos, es engolosinar y cazar el zorro. Ahora bien: la ducha no resuelve ni elimina nada. Una vez logradas la resolución y la eliminación, la ducha ligera desempeña su papel y puede utilizarse.

Hace cuatro años, recibí la visita de una joven que me dijo: «Hace más de un año que mi hermano está en una casa de locos, y ha sido declarado incurable. Y he aquí que empiezo á sentir los mismos síntomas que presentaba mi hermano poco antes de declararse la enfermedad. He estado sirviendo hasta ahora, pero ya me es imposible trabajar, y he tenido que dejar el servicio. Si nadie me ayuda, dentro de poco iré á hacer compañía á mi hermano.»

Unas cuantas preguntas me pusieron al corriente de que el apetito variaba mucho; unas veces era bueno, y otras faltaba completamente: cuando cesaba la tirantez violenta de los miembros, se producían dolores no menos violentos en el pecho; del cabello, en otro tiempo abundante y largo, había caído más de la mitad. Comprendí inmediatamente que los humores pútridos desempeñaban su desastroso papel, y que el signo más agudo de su completa eliminación sería ver brotar de nuevo el

cabello en aquella cabeza medio calva, y desarrollarse aquel con su antigua fuerza y resistencia.

La enferma empleó sucesivamente las siguientes aplicaciones. Primero se puso todos los días la camisa mojada en agua mezclada con sal ó vinagre, y diariamente también tomó baños de medio cuerpo, tibios, con loción fría y enérgica de la parte superior del cuerpo (un minuto á lo sumo). Como estábamos en verano, dió frecuentes paseos á pie descalzo, sobre todo aprovechando por la mañana la hora del rocío. Este tratamiento fué seguido durante tres semanas, y obtuvo éxito. Después siguieron los baños calientes, alternando con los fríos. Después el fajamiento inferior (el saco inferior empapado en flores de heno). Toda la curación, hasta el completo restablecimiento de la salud, duró tres meses. La fuerza con que volvieron á crecer los cabellos, fué indicio de una curación radical. La joven de que se trata se ha casado después, y disfruta al presente de buena salud.

Un cura muy estimado de sus feligreses vino, con gran abatimiento, á decirme que no podía desempeñar sus funciones. Experimentaba gran tristeza, desaliento y aversión al estudio. Los compañeros de las parroquias próximas habían creído ya necesario recluirlo en un establecimiento, en el cual había pasado algunas semanas; y de donde había salido más tranquilo, pero no curado. En vista de esto, me preguntó qué debía hacer, si abandonaba su parroquia para tomar otro partido, y cuál. Tenía el aspecto sano, fresco y robusto, que tanto engaña en estos enfermos, haciéndolos víctimas de juicios

tan injustos como poco caritativos (1). Examinándole de cerca, se observaba cierta perturbación en los ojos; la epidermis ajada, los cabellos lacios.

El tratamiento consistió en tres clases de aplicaciones: el baño de vapor en la cabeza y en los pies; las afusiones superiores é inferiores con agua fría, y el paseo frecuente sobre el piso mojado, ó la inmersión de los pies en agua, durante tres ó cuatro minutos. Al cabo de algunos días, llegó su turno á los baños calientes, seguidos de afusión superior é inferior con agua fría. Al sexto día del tratamiento hidroterápico, una erupción azulada apareció en toda la espalda. Cuanto más se acentuó, mejor fué sintiéndose el enfermo, encontrándose completamente curado, en cuanto se eliminó el elemento morboso. Todo el tratamiento duró quince días, al cabo de los cuales el celoso pastor volvió á su parroquia con nuevos alientos.

(1) El mismo error se comete si de la corpulencia se deducen buen apetito y mucha sed (los barrigudos son, por lo general, hombres sobrios). Si por el aspecto de los locos se juzgase del estado de su espíritu, no pasaríamos de abrigar ligeras sospechas.

VIII

ENFERMEDADES DE LOS NERVIOS

Y CEREBRO-ESPINALES

Debemos ocuparnos ahora de la neuralgia, que consiste en una afección del tejido nervioso de la sensibilidad general, particularmente en las ramificaciones, caracterizada aquélla por una exageración de la sensibilidad, un dolor vivo que sufre intermitencias y exacerbaciones, que es el síntoma principal. Alguna vez hay disminución ó abolición de la sensibilidad y de la motilidad en las partes que reciben las expansiones de estos nervios; de ahí la anestesia y la parálisis de esas mismas partes.

1. Irritabilidad nerviosa.

La siguiente nota está escrita por un sacerdote enfermo:

«A consecuencia de fuertes emociones y de grandes inquietudes, fuí atacado, á últimos de Julio de 1884, de un mal que se manifestó por frecuen-

tes palpitaciones, respiración penosa y debilidad general. Este estado me inspiraba alguna zozobra; las palpitaciones cesaron á los pocos meses, pero aparecieron entonces otros síntomas: accesos de asma, á veces muy violentos y alarmantes, y con frecuencia opresión y tensión dolorosa, que llegaba hasta el abdomen. Sentía también cierto peso en las costillas, y alguna vez en la medula espinal. En muchas ocasiones me veía acometido de gran fatiga y abatimiento de fuerzas en los miembros, con dolores en las articulaciones; junto á esto, constipaciones y flatuosidades muy molestas; la voz estaba tan debilitada, que el esforzarla para hacerme entender me originaba dolores, opresión y asma. Desde el principio del mal, padezco también vértigos en la cabeza, pesadez y violentos dolores que me dejan incapaz de pensar ni de ningún otro ejercicio del espíritu. Cualquier bagatela me excita extraordinariamente, y eleva en grado máximo la angustia del pecho y la cabeza. Al mismo tiempo, una melancolía indefinible, que á veces llega hasta la desesperación, se apodera de mi espíritu. Los médicos diagnosticaron mi enfermedad de neuralgia. Dos de ellos, verdaderas celebridades, alópata el uno y homeópata el otro, me prescribieron varios remedios (duchas, dieta, bromuro de potasio, óxido de cinc, preparados de *natrum* fosfatado, etc.), que no dieron ningún resultado, y aun me empeoraron algunos de ellos.

»Alguna mejoría obtuve con lo que me prescribió otro médico: fueron baños generales fríos, y mucho ejercicio al aire libre. Hace seis meses que sufro de este modo, y ahora estoy resuelto á buscar la salud únicamente en el agua.»

Su descripción es completa. Examinemos ahora al mismo enfermo. Su color es muy encendido; los bordes de los párpados algo amarillos; labios y orejas de un color arrebatado, con manchas lívidas; los cabellos son escasos, á pesar de que el enfermo apenas cuenta treinta años. ¿Qué deducir de todos estos síntomas? Seguramente un aflujo considerable de sangre á la cabeza y al pecho. El dolor de la frente demuestra la violencia con que la sangre asalta las extremidades superiores, donde la abundancia del fluído produce la dilatación de las venas.

¿Puede esperar la curación en este caso? ¿Cómo lograrla? Empecemos por atacar al enemigo en sus baluartes más importantes (cabeza y pecho). Muchos están como oprimidos por el aflujo de sangre, y hay que librarlos de ella llevándola á otras regiones; sólo entonces se podrá pensar en combatir las anomalías (obstrucciones, dilataciones de las venas, etc.) de la cabeza y el pecho, para ejercer, por último, una acción general sobre el cuerpo entero.

He aquí la serie de aplicaciones que hay que practicar: baño de vapor en los pies, baño de vapor en la cabeza, fajamiento de medio cuerpo, bata hidroterápica, paseo por el piso mojado, afusiones superiores é inferiores, otra vez la bata hidroterápica, y paseo con los pies desnudos sobre nieve reciente, si fuere ocasión.

En el espacio de tres semanas, el enfermo mejoró notablemente; pero hasta el restablecimiento completo (porque el mal era inveterado), pasaron meses enteros.

La experiencia enseña al paciente á juzgar el efec-

to de las diversas aplicaciones, y á conocer por sí mismo las que más le aprovechan, siendo éstas las que luego usa con más frecuencia. Pero que no por esto prescinda de tal ó cual aplicación particular, porque á éstas es preciso sumar exactamente las aplicaciones generales, es decir, las que actúan sobre el organismo entero, para no turbar la armonía y la marcha racional de la curación.

Un sacerdote de Bohemia me remitió la nota siguiente:

«A consecuencia de un exceso de trabajo, tuve hace ocho meses violentas palpitaciones del corazón, acompañadas de insomnio; más tarde, eructos, hinchazón del abdomen y dificultad en la respiración. De vez en cuando experimento extrañas sensaciones, dolores en las manos y en los pies, agitación, después temblor, fatiga y debilidad extrañas. Desaparece el apetito y sobreviene la obstrucción de vientre.»

A su llegada, el paciente estaba extenuado, y su semblante estaba pálido y amarillento. Después de un tratamiento de siete semanas, se le vió alegre y fuerte; había recobrado la frescura y desaparecido el insomnio.

El tratamiento consistió: 1) Durante las tres primeras semanas, en un baño de medio cuerpo de noche, dejando el lecho; después, una afusión superior y un paseo por el agua por la mañana; en seguida afusión dorsal, y al mediodía baño de medio cuerpo. Por último, paseo á diario por la hierba mojada. 2) Más adelante, afusión superior con afusión á las rodillas, baños de medio cuerpo, y dos veces baño de

vapor en los pies. Para uso interno, ocho ó diez gramos de nebrina cada día y una tisana de ajenjo y salvia.

2. Astenia (debilidad de los nervios).

Un señor cura vino cierto día á decirme que padecía de vez en cuando un dolor de cabeza intolerable, que cuando no cesaba pronto le producía tal fatiga y dolor en la garganta, que no podía pronunciar palabra. También experimentaba con frecuencia opresión dolorosa en la espalda, y una gran laxitud. Me entregó un certificado de un médico, en el que éste declaraba que el enfermo padecía de astenia, de una marcada debilidad de los nervios, y que el cerebro y la medula serían pronto invadidos por el padecimiento. Además, el enfermo presentaba una debilidad exagerada, y experimentaba gran ansiedad.

Tratamiento: Todos los días afusión superior rápida por mañana y tarde, y paseo por la hierba mojada y sobre el piso regado, durante cuatro minutos. Así continuó por espacio de cinco días. Entonces se aplicó una enérgica afusión superior todos los días, afusión á las rodillas y dos paseos por el agua. Entre estas aplicaciones, baño de asiento. Al cabo de otros cinco días, bastó que se aplicara diariamente una afusión dorsal, un baño de medio cuerpo y que diera un paseo por el agua. Desaparecieron los dolores; y el paciente, contento y restablecido volvió á las tareas de su santo ministerio.

Un ordenando de treinta y cuatro años, nos da la nota siguiente: «Hace once años que, á consecuencia

de entregarme demasiado á la vida contemplativa y de austeras mortificaciones, víctima al mismo tiempo de terribles escrúpulos, comenzó mi cabeza á sufrir congestiones, dolores violentos y opresiones.

Como el exceso de trabajo continuaba, tanto física como intelectualmente, los nervios se irritaron por completo, y hace dos años mi cabeza acabó por no ser capaz de esfuerzo ninguno intelectual, ni siquiera rezar seguidamente el rosario. En Wœrishofen, á pesar del empleo de la afusión superior y de la dorsal, seguí en el mismo estado durante los primeros ocho dias. Tomé en seguida el aceite excretivo, y, por espacio de tres días más, continué con las aplicaciones de agua, pero no conseguí otra cosa que empeorar. Tuve entonces que interrumpir las aplicaciones de agua durante tres ó cuatro días, el aceite excretivo obró, mi cabeza se encontró súbimente despejada, lúcida y firme; así he continuado hasta ahora.»

Debo hacer observar que, por una acertada elección en las aplicaciones y por la estricta observancia de las reglas prescritas en mi libro, el paciente venía preparando el terreno desde hacía algún tiempo para el tratamiento que recibió en mi casa. Cuando llegó aquí, se encontraba en un estado lamentable, tanto más digno de compasión, por cuanto nada revelaba su exterior, y sólo un buen práctico hubiera podido diagnosticar su enfermedad. A Dios gracias, ha podido volver á entregarse con nuevos alientos al estudio.

Un hombre eminente había arruinado su salud por exceso de trabajo: el desquiciamiento era completo,

y cuerpo y espíritu estaban en un estado lamentable, siendo de temer que el decaimiento moral tuviese las más funestas consecuencias. Durante meses enteros no pudo conseguir descanso ni sueño alguno regular. Los sufrimientos y los dolores invadían todo el cuerpo y todo remedio era ineficaz. También en este caso fué el agua la tabla de salvación. En el espacio de trece semanas el desgraciado se restableció por completo; y en el mejor estado de salud, volvió á sus ocupaciones ordinarias.

Semejante estado morboso no puede ser tratado sino con las aplicaciones más sencillas. Primer día: lavar dos veces la parte superior del cuerpo con agua y vinagre, y aplicar después la afusión á las rodillas durante un minuto. Repetir la operación después del medio día. Segundo día: Afusión en la parte superior del cuerpo con una regadera á medio llenar, en seguida hacer ejercicio sobre el piso mojado, y en el intervalo verter una regadera de agua sobre las rodillas, repitiendo la operación después del mediodía. Tercer día: Loción de la parte superior del cuerpo y una afusión superior (una regadera); por la tarde afusión superior (una regadera), y permanecer después en el agua durante tres minutos. Esta operación fué tan dolorosa, que hizo llorar al paciente.

Continuó así una semana; en la segunda se aplicaron afusiones superiores con afusión á las rodillas, reforzada ó alternando, siempre que lo permita el estado sensible de los pies, con la inmersión de éstos en agua. Estas afusiones variaron durante la semana de una á tres regaderas de agua, reforzando también la inmersión de los pies, haciendo que el

agua llegase hasta las rodillas, pero sólo durante dos ó tres minutos.

Durante la tercera semana fueron cada vez más reforzadas todas estas aplicaciones, y se añadió un baño de asiento cada dos días, aplicado generalmente por la tarde.

Durante la cuarta semana, afusión superior con inmersión de los pies todas las mañanas, y por la tarde un baño de medio cuerpo.

Quinta semana: Por la mañana una afusión dorsal con inmersión de los pies ó afusión á las rodillas; por la tarde afusión superior.

De este modo continuó hasta la curación completa. Cada medio día una aplicación: *a*) Afusión superior con afusión á las rodillas. *b*) Baño de medio cuerpo. *c*) Afusión dorsal.

Para uso interno tomó: *a*) Un poquito de polvo blanco alternando con granos de valeriana, de seis á ocho por día. Y *b*) La tisana de ajenjo y salvia.

3. Ciática.

La ciática ó neuralgia femoro-poplítea es la neuralgia del nervio que lleva ese nombre, uno de los troncos nerviosos más importantes del cuerpo humano. Es un dolor muy vivo que se fija principalmente en la cadera y desciende á la largo de la parte posterior del muslo y de la pierna, hasta la misma planta del pie.

Un empleado que desde hacía tres meses sufría grandes dolores en la pierna izquierda, que llegaban hasta el tobillo, y que había usado de todos los reme-

dios posibles, recibió por último el consejo de mantenerse abrigado y quieto, como único medio de recobrar la salud. Trató, pues, de abrigar la parte dolorida por medio de lienzos calientes y sumergiéndola en baños tan calientes como fué posible. Sin embargo, se exasperaron los dolores, disminuyeron rápidamente las fuerzas, lo mismo que el peso del cuerpo en más de 25 kilos, y llegó á no poder dormir una hora siquiera. Por fin tuvo alientos para entregarse á lo que más había temido, al agua fría.

Tratamiento: El enfermo recibió dos ó tres aplicaciones diarias: una afusión dorsal por la mañana; afusión superior por la tarde; al día siguiente afusión superior por la mañana; afusión dorsal por la tarde. Cada dos ó tres días, baño de medio cuerpo; y de vez en cuando, un ejercicio á pie descalzo para endurecerse.

Desde la primera afusión, el paciente pudo dormir por la noche cuatro horas. Recobró el sueño, tuvo mejor color y más apetito. Después de cuatro semanas, la enfermedad era insignificante; y al cabo de seis, había desaparecido por completo.

Un profesor húngaro sufría desde hacía siete años de dolores en la cadera, habiendo visitado diferentes establecimientos de baños en Ofen, Teplitz, Heviz, etc.

Había probado también con baños de vapor; todo sin resultado. Hacía dos años que había desaparecido el sueño: el apetito era bueno, la constipación constante, las ventosidades muy molestas, la cabeza pesada, sobre todo por la mañana temprano. El paciente era en extremo sensible á los cambios de

temperatura, y muy friolero, á pesar de que hacía tres años que iba vestido con el traje de lana, sistema Jæger. Además tenía la piel cubierta de sudor sebáceo, y en las manos una humedad desagradable.

He aquí el tratamiento que le aconsejé: Todas las noches, loción completa; por la mañana, afusión superior; por la tarde, afusión dorsal; cada dos días, baño de medio cuerpo; después, afusiones á las rodillas, y, por último, baños de asiento contra la constipación. Los resultados de este tratamiento fueron excelentes durante los primeros veinticuatro días; desde el cuarto día en adelante, el sueño fué tranquilo y duró toda la noche. El dolor de la cadera desapareció completamente, y la piel recobró su aspecto normal.

El mencionado profesor es completamente feliz. En la actualidad, por fresco y lluvioso que sea el tiempo, lleva la misma camisa de lienzo y los mismos calcetines que en el rigor del verano, á pesar de lo cual, le parece un milagro no tener nunca frío.

4. Insomnio.

Un sacerdote padecía de insomnio desde hacía nueve semanas; sus fuerzas disminuían rápidamente, y su espíritu se hacía cada día más incapaz para la reflexión; el abatimiento, la fatiga y la falta de ánimo, sucedieron á la alegría y al celo de otro tiempo. Una gran concentración de espíritu, los trabajos y los disgustos, habían provocado una excita-

ción violenta y una amargura sin límites. Estos enemigos no perdonan nunca; el desgraciado se encontraba sin cesar como sometido á una fiebre ardiente; su sangre circulaba con agitación, y huía como un ciervo perseguido.

Se calmó completamente por medio del baño de vapor en la cabeza, la bata hidroterápica, la afusión superior con afusión á las rodillas, el baño de vapor en los pies, el fajamiento de medio cuerpo, y la compresa superior é inferior. Estas aplicaciones duraron doce días, haciendo dos ó tres diariamente. Desde el tercer día, el paciente pudo dormir tres horas; aún vive, y disfruta de muy buena salud.

El insomnio, tan padecido por multitud de personas, puede tener diversas causas: trastornos de la circulación de la sangre, entorpecimiento en la transpiración, gases que molestan al estómago y al vientre, etc. Atormenta con preferencia á las personas que á menudo se pasan días enteros entregados á un trabajo de cabeza asiduo, y disipan en él sus fuerzas.

Las primeras de estas causas han sido ya suficientemente señaladas en otro sitio. ¿Hay también para los hombres de estudio una hierba ó un agua capaz de hacerles recobrar el sueño?

Conozco á un caballero de gran distinción que hacía poco trabajo físico, pero cuyo trabajo intelectual era excesivo; hubiera deseado no tener estómago, ni pies, ni cuerpo. Semejantes gentes no son fáciles de convencer, aunque en el caso presente nuestro sabio concedía al desmirriado compañero

de su espíritu algunas migajas. Contrajo la costumbre de aplicarse una ó dos veces por semana la bata hidroterápica; pronto desapareció el insomnio, y con él todas las pequeñas molestias y desórdenes que le habían engendrado.

Otro sujeto hacía colocar junto á su lecho, todas las noches, una cubeta de agua fresca, colocada encima de una silla; si no cogía el sueño antes de media hora ó una hora, se lavaba todo el cuerpo y volvía á acostarse sin enjugarse, bastando con esto para que pudiera dormir. Si se desvelaba, recurría de nuevo al agua cuantas veces era preciso, hasta que el insomnio desapareció por completo.

Con frecuencia cuesta trabajo hacer dormir á los niños; y apenas conseguido, vuelven á despertarse. Probablemente la causa será un exceso en la alimentación: el cuerpecito del niño no puede con aquella carga, y la flatulencia no permite el reposo del estómago ni de la cabeza. Empapad un lienzo en agua, envolved con él al niño, como si le aplicarais uno de nuestros fajamientos, y el niño no tardará en dormir.

Los campesinos recurren con frecuencia á los pediluvios calientes, cuando el exceso de cansancio y la laxitud no consienten el sueño. Pero este recurso no siempre es eficaz, cuando se trata de fatiga intelectual. En este caso aconsejo baños de asiento fríos, uno ó dos en el transcurso de la noche, y de uno ó dos minutos de duración cada uno; y lo mismo aconsejo cuando las hemorroides, los gases con-

tenidos y otros trastornos abdominales sean la causa del insomnio.

Otro origen de éste puede ser la desigualdad del calórico en el cuerpo, por cualquier causa. Sucede, en efecto, que hay aflujo de sangre á la cabeza y al pecho, y por consiguiente aumento de calor; mientras que las extremidades quedan exangües, anémicas, frías...

Ya he dicho varias veces los remedios que requiere este estado de cosas.

No aconsejo á nadie el uso de los narcóticos, cuyo efecto es artificial, para procurarse un sueño tranquilo y reparador. Estos remedios no son naturales, y lo que no es natural no es provechoso á la economía.

IX

ENFERMEDADES DEL SISTEMA NERVIOSO

GANGLIONAR Ó DEL GRAN SIMPÁTICO

Situado profundamente en el seno del organismo, el gran simpático es poco accesible á las influencias morbosas directas, á las causas de enfermedad que actúan desde fuera; pero es, en cambio, muy sensible á las neurosis. Ahora bien: las neurosis ganglionares son efecto reflejo de una alteración de la sangre, sobre todo de un envenenamiento miasmático. Vamos á pasar revi ta á la *fiebre*, al *cólera* y á la *colerina*.

1. Fiebre.

Entra Antonio en mi cuarto y me dice: «He subido con gran trabajo la escalera, para llegar hasta aquí. Me faltan las fuerzas; me he caído dos veces; me duele atrozmente la cabeza; tan pronto siento un

gran calor, como me quedo helado; otras veces es un picor que con la rapidez de rayo me corre por el cuerpo. Ya hace tiempo que venía notando algo; pero hace cinco ó seis días estas molestias han aumentado, hasta el punto de que no puedo hacer nada.»

Tratamiento: Éntre usted en su casa y acuéstese inmediatamente. Cuando haya entrado en calor, lávese con agua fría todo el cuerpo y, sin enjugarse, vuélvase á la cama. Repita usted la operación cada dos horas, y si consigue una transpiración abundante, que se sostenga media hora, lávese de nuevo.

Volvió Antonio al tercer día de esto y me dijo: «Me encuentro bastante bien; he transpirado ya varias veces. El frío y el calor han desaparecido, lo mismo que el dolor de cabeza. Siento que renace el apetito, y estoy mejor, pero fatigado.» Antonio se lavó diez veces más en el espacio de dos semanas, y gozó desde este momento de muy buena salud. Hoy tiene cerca de cuarenta años.

2. Cólera.

¡Cómo se teme al cólera! Ha pocos años hizo una terrible invasión en algunos países y entregó á la muerte numerosas víctimas. Para evitar las inundaciones, se construyen diques y se regulariza el curso de los ríos. Cuando prende el fuego en un bosque, se abren zanjas, para que el devastador elemento no lleve más lejos sus estragos. El dique, el foso que yo opongo al cólera, á ese temible enemigo de la vida

humana, es el agua, que rodea, á manera de dique ó de foso, á los que han hecho uso de ella.

Es un principio generalmente admitido respecto del cólera, que el que entra pronto en sudor está salvado, y el que no consigue un sudor abundante, está perdido.

Fuí llamado una vez á las once de la noche para ver á una pobre criada, que llevaba ya más de veinte vómitos y otras tantas deposiciones. El médico vivía dos leguas de allí. La pobrecilla solicitaba mis auxilios espirituales, convencida, como estaba, de que sucumbiría á la terrible enfermedad. Las manos y los pies estaban fríos como el hielo; el semblante pálido, las facciones atirantadas; y aparecían los síntomas de mal agüero. Traté inmediatamente de provocar la transpiración en la enferma: de ahí dependía todo, la vida ó la muerte. La dueña de la casa me trajo dos grandes pedazos de una tela burda. Los empapé en agua bien caliente, los plegué varias veces, los retorcí y los apliqué sobre el pecho y el vientre, dejando entre ellos y la piel un lienzo sencillo, empapado en vinagre muy caliente. Este fomento caliente y húmedo fué cubierto con un edredón tan caliente y tan pesado como la enferma pudo soportar. Un calor penetrante invadió aquel cuerpo infectado por el cólera; á los quince minutos había entrado en reacción, y veinte minutos después se advertían gotas de sudor en el semblante. Hice mojar de nuevo el tópico en agua caliente, y poco después cesaron los calambres y desaparecieron por completo los vómitos y las náuseas. Para ayudar en el interior la acción del calor exterior, la enferma

tomó una taza de leche con hinojo (una cucharada de hinojo (1) molido, puesto en infusión en la leche durante tres minutos), tan caliente como fué posible. Entonces sobrevino una transpiración muy abundante, y la enferma quedó fuera de peligro, No hay que descuidar en estos casos la convalecencia: sin ser difícil, es muy importante terminar la curación. Hay que aplicar al convaleciente todos los días una compresa inferior (consiste en un lienzo plegado varias veces mojado y colocado debajo del cuerpo á lo largo de la espina dorsal) durante una hora, y por igual tiempo, también todos los días, una compresa superior (el mismo lienzo aplicado al pecho y al vientre). No hay que olvidarse de cubrir bien estas aplicaciones. La criada de que se trata se repuso á los diez ó doce días. Otro caso fué tratado de la misma manera y con el mismo éxito.

Debo hacer aquí dos observaciones:

Primera. En cuanto estallan los síntomas mencionados (diarrea, vómitos, calambres, etc.), no hay que tardar en meter al enfermo en cama. Los campesinos son en este punto demasiado duros consigo mismos y demasiado imprudentes. Administrar al interior una bebida caliente. Si está amenazado de calambres ó se le van quedando fríos los pies, el enfermo debe aplicarse una compresa superior caliente por espacio de tres cuartos de hora, y después echarse por igual tiempo sobre una compresa inferior, también caliente. Si vuelven los calambres, se

(1) El hinojo en infusión en la leche, produce excelente efecto en los cólicos y accesos coleriformes: procura la reacción, elimina los gases y es al mismo tiempo un elemento nutritivo y confortante.

renuevan ambas compresas. En cuanto se manifiesten el calor y el sudor, se ha ganado la batalla.

Segunda. Sed prudentes en el comer y en el beber hasta el completo restablecimiento, eligiendo de lo que compone el régimen ordinario, aquello que sea más sencillo y ligero. Como bebida, la leche caliente, que es á un tiempo medicina y alimento.

En las epidemias de cólera, tened buen ánimo y confianza en Dios. Por precaución, laváos enérgicamente mañana y tarde el pecho y el vientre, y masticad todos los días diez ó doce bayas de enebro. A falta de éste, comprad granos de pimienta, y tomad cinco en dos veces cada día; sostendrán el calor en el estómago, ayudarán la digestión y evacuarán los gases.

3. Colerina.

Rara es la comarca donde no se presentan todos los años algunos casos de colerina, y yo mismo he tenido ocasión de asistir á muchos. La colerina es el cólera en pequeño; un huésped muy desagradable, á pesar de que es poco temido. Viene acompañada de gran diarrea, vómitos violentos, y alguna vez de calambres más ó menos fuertes.

Mis aplicaciones de agua para la colerina son exactamente las mismas que para el cólera, proporcionando con prudencia su fuerza y su frecuencia al grado de intensidad del mal. He tratado á la vez, y con el mismo éxito, cuarenta personas atacadas de colerina.

X

ENFERMEDADES DE LOS OJOS

De cuantas enfermedades padece el órgano de la vista, sólo trataremos aquí de la *oftalmía catarral* y de la *catarata*.

1. Oftalmía catarral.

Hace cosa de treinta años que me dijo un célebre médico militar: «El catarro es una afección que puede dar origen á todas las enfermedades posibles, tales como la fiebre mucosa, la nerviosa, el tifus, la disentería, la consunción, la tisis, etc.» Esto demuestra las ventajas del endurecimiento del cuerpo, á fin de no contraer un catarro en las innumerables ocasiones en que puede atacarnos. Si lo contraemos, no hay tregua posible en la curación, hasta que sea completa.

Desgracia inmensa es la pérdida de la vista, y apenas hay enfermedad de los ojos que no pueda acarrear este resultado. Son los ojos como perlas preciosas engarzadas en la cavidad del cráneo. Pero

sólo tenemos dos, y perder uno sólo de ellos, es ya una pérdida irreparable. Exigen, pues, de nosotros gran cuidado, y velar constantemente por ellos. Enferman los ojos hasta en los niños de pocas semanas, y con gran frecuencia en los que van á las escuelas, y generalmente en personas de todo sexo y edad.

De ordinario, las enfermedades de los ojos tienen su origen en el cuerpo. En el hombre sano, todos los humores superfluos son eliminados por la transpiración, la respiración, etc. Admirable es el trabajo de la más admirable de las máquinas; pero no sucede otro tanto cuando el cuerpo enferma. Los humores, que el cuerpo debilitado no puede expulsar, se acumulan en la cabeza como en cualquier parte de la economía, y buscan salida por los ojos. Estos humores son fuertes y cáusticos; mientras que el ojo y sus tejidos son muy delicados; lo que explica el intolerable escozor que aquéllos producen. Esta es la señal de que las partes del ojo han sido atacadas por la secreción morbosa. Si se impide la secreción, los ojos se inflaman, se ponen rojos, doloridos y sensibles, y no pueden soportar la claridad. La única curación posible consiste en eliminar cuanto antes las sustancias morbosas. El ojo y sus tejidos, en sí mismos considerados, están sanos: la presencia del líquido sanioso es lo que constituye la enfermedad.

Entre los enfermos de la vista, unos la han perdido casi por completo; otros, ven como á través de un velo ó de una nube; otros reciben la impresión de las moscas luminosas y otras análogas. Todas estas enfermedades reconocen el mismo origen; son

flores de la misma planta venenosa; provienen del mismo elemento infeccioso. Suprimid este elemento, fortificad los ojos, y habréis obtenido la curación. Un ejemplo hará más comprensible nuestra doctrina.

Antoñita, niña de cinco años, se presenta muy pálida, el semblante abotargado, el aspecto enfermizo. Tiene gran escozor en los ojos, y no puede soportar la luz. Come poco, duerme mal, y llora mucho: ¿qué hacer?

Hay que fajarla todos los días con un lienzo empapado en cocimiento de paja de avena, empezando por debajo de los brazos. Encima de este fomento tibio, un lienzo seco. Si esto se hace á la hora en que el niño tiene costumbre de dormir, no tardará en coger el sueño. Si es así, hay que dejarlo envuelto en los lienzos, hasta que se despierte. Si no duerme ó se despierta pronto, la aplicación debe durar una hora.

Este tratamiento durará una semana. En la segunda, hay que preparar un baño caliente (24-26°) con un cocimiento de paja de avena, y se le tiene en él quince ó veinte minutos. En el último minuto, con una regadera pequeña, se echa á la enfermita un poco de agua sola, no muy fría, y se la viste en seguida. Aun en las niñas tiene gran importancia esta afusión refrescante después del baño caliente. Este disuelve y elimina los elementos morbosos, y la afusión fría ejerce una acción corroborante y cierra los poros. La primera vez, el niño llora y se resiste, como todos los niños; pero no tardará en familiarizarse con el tratamiento. Hay que repetir el

baño cada dos ó tres días. El niño se sentirá muy pronto más fuerte y más sano, y los ojos se verán también más limpios. Si la madre desea además emplear un remedio especial, que tome un poco de alumbre (como 4 granos de cebada), que lo disuelva en medio cuartillo de agua y lave con ella los ojos del niño tres ó cuatro veces al día. Una vez descartado el mal, la madre debe lavar al niño por lo menos una vez durante la primera semana, como antes se ha dicho; la segunda le hará tomar el baño ya descrito, y así en lo sucesivo. Las madres no tienen por qué asustarse si prescribo el mismo fajamiento y el mismo baño para un niño de cinco años, que para otro de cinco semanas.

Antoñito, niño de cuatro años, es escrofuloso; tiene erupciones en la cabeza; algo también en la boca, y los ojos inflamados. Su madre no cuenta mucho con que viva, pero el niño sufre y no se muere.

Todos los días, antes de acostarle, hay que poner al niño una camisita empapada en agua un poco salada; se le acostará y se le envolverá bien con una cubierta; si se hace esta aplicación todos los días durante la primera semana, cada dos durante la segunda, cada tres durante la tercera, cada cuatro en la cuarta, y se le hace tomar todos los días un poquito de creta en polvo con los alimentos ó con las bebidas, el niño recobrará la salud, y su madre la alegría.

Berta, niña enfermiza, padece con gran frecuencia de los ojos y no puede aprender á leer; tiene los ojos enrojecidos y muy inflamados. Hay que

poner á esta niña una camisa mojada seis veces en diez días, y si esto no bastase, prepárenla baños á 24°, echando cada vez un cocimiento de ramas de pino, y terminando siempre por una afusión fría muy rápida. Al mismo tiempo se pueden lavar los ojos tres veces al día con agua de acíbar (un poquito de acíbar en un cortadillo de agua caliente). Este procedimiento cura el ojo inflamado y lo fortifica.

Guillermo, niño de nueve años, padecía de la vista. No podía leer; apenas si conocía á las personas: estaba casi ciego. Los padres habían ya gastado en la enfermedad bastante dinero, sin que ni médico ni botica procurasen alivio alguno. Los ojos estaban en muy mal estado, y lo mismo el cuerpo, que perdía cada vez más; las manos y los pies fríos; flojo el estómago; flaco el cuerpo; todo él triste y abatido: las gafas azules y el lazarillo daban público testimonio del mal de los ojos y del cuerpo entero.

En el espacio de cuatro meses recobró Guillermo la salud y la vista. Tomó dos baños calientes por semana, y en el mismo tiempo se le puso cuatro veces una camisa empapada en agua un poco salada, teniéndola puesta una hora ú hora y media. Al mismo tiempo, dió frecuentes paseos por la hierba mojada. Pasadas las cuatro primeras semanas, Guillermo tomó en cada una de las siguientes tres ó cuatro baños á 18°, de un minuto de duración, haciendo siempre ejercicio después del baño. Además de este tratamiento, que duró también algunas semanas, el niño se lavaba los ojos dos veces al día en agua de alumbre (un poquito de alumbre en medio cuartillo de agua). Esto le mejoró, y la misma mejoría se no-

taba en el estado general. Finalmente, los ojos volvieron á gozar de su limpidez primitiva, brillando en un semblante fresco y sano como el que más.

Cristina tiene veinticuatro años y una salud excelente; pero siempre padece algo en los ojos. Mucha sangre en la cabeza y poca en los pies, que siempre están fríos.

Toma cada dos días un baño de pies tibio con sal y ceniza, llamando así la sangre de la cabeza á las extremidades inferiores; y tres veces por semana, un baño de medio minuto de duración en agua fría, que llegue hasta debajo de los brazos. Durante las horas de trabajo, permanece de ordinario descalza. La afluencia de sangre á la cabeza disminuye poco á poco, desaparece al fin, y con ella la enfermedad de la vista.

Agueda viene á quejarse en estos términos: «Hace tres años que padezco atrozmente de la cabeza; tanto, que á menudo no puedo dormir en toda la noche. Tengo siempre los pies fríos. Si en la cabeza experimento algún alivio, me acometen en seguida tales dolores en la espalda, que me quedo completamente rígida. He consultado á todos los médicos de las cercanías, y ninguno ha conseguido aliviarme. Desde hace seis meses tengo mucha debilidad en la vista; tanta, que apenas veo las cosas. Si esto continúa, voy á quedar completamente ciega.»

Tratamiento: Durante las dos primeras semanas: 1) Ponerse una camisa empapada en agua de sal, y tenerla, envuelta en la correspondiente cubierta, hora y media; esto dos veces por semana. 2)

Dos veces también por semana, aplicar, por espacio de hora y media, el fajamiento de medio cuerpo empapado en un cocimiento caliente de flores de heno. 3) Todos los días afusión á las rodillas durante un minuto, haciendo ejercicio después. En la tercera y cuarta semana tomó diariamente una afusión superior á las rodillas por la mañana, un baño de medio cuerpo por la tarde, y además un paseo por el agua durante tres minutos.

Al cabo de cuatro semanas, el terrible flujo de sangre se había retirado de la cabeza, los ojos estaban curados (el aflujo de sangre era la causa de la oftalmia), y los pies calientes: la enferma se encontró restablecida. Para vigorizar el organismo, Águeda tomó en adelante tres baños de medio cuerpo por semana.

2. Cataratas.

Un empleado me trajo un niño de nueve años que padecía de la vista. Las pupilas reflejaban una luz tan débil, que se comprendía que la pobre criatura apenas pudiese andar sola. «¿Cómo se os ha ocurrido venir á consultarme? — Porque he llevado á mi hijo mucho tiempo á la clínica de un oculista, y lo ha desahuciado diciendo que el mal era una catarata incurable. Es terrible: ¡ciego á los nueve años!» Uno de los ojos estaba ya tan alterado, que se necesitaba buena vista para distinguir la pupila; por este lado pesaba sobre el enfermito una noche completa. Ante la otra pupila había una nube, y del mismo modo que por entre las nubes, que ocultan á

CENTRAL

veces el disco solar, se filtra un postrer rayo de luz, así se escapaba el último destello de aquella pupila, próxima á extinguirse para siempre.

A primera vista advertí que el enfermo no padecía solamente de los ojos. Todo su organismo estaba profundamente alterado y en tal estado de empobrecimiento, que cualquiera le hubiera creído enfermo de consunción, al menos por las apariencias: falta de apetito y de vida, extremada delgadez, la piel seca y polvorienta. No eran, pues, los ojos realmente, sino el cuerpo entero, el que estaba enfermo, y muy enfermo. Probemos, me dije, á curar el cuerpo; quizá baste con esto para la curación de los ojos.

Pusimos manos á la obra, después de proscribir el uso de las gafas que llevaba el niño. Todos los días andaba el mayor tiempo posible á pie descalzo sobre la hierba mojada ó sobre el piso regado, lavándole, además, enérgicamente la espalda, el pecho y el vientre, también á diario. Al cabo de cierto tiempo, las lociones fueron reemplazadas por baños de medio cuerpo, y después por baños generales, que jamás pasaron de un minuto de duración. Alternadamente se empleaban, en el intervalo, el fajamiento y la camisa mojada, por espacio de hora y media, después de haberlos mojado en agua de sal. Todas estas aplicaciones tenían por objeto vigorizar el organismo, despertar la vida en aquel cuerpo; en una palabra, curar y fortificar.

Como colirios empleé diversas aguas antioftálmicas, destinadas á limpiar los ojos y á darles cierta fuerza. En un principio, el agua de acíbar (un polvito de acíbar que se deja cocer unos minutos en la cuarta parte de un litro de agua), que se aplicaba

de tres á cinco veces al día y que lavó perfectamente los ojos, sobre todo por dentro. El acíbar disuelve, limpia y cura. Después, el agua de alumbre (dos puñaditos de alumbre en medio litro de agua), para la absoluta limpieza de los ojos, de tres á cuatro veces por día. El alumbre es cáustico y detergente. Más tarde se empleó para lavar los ojos una especie de hidromel (media cucharada de miel, cocida cinco minutos en un cuartillo de agua), de tres á cinco veces al día. El resultado de este tratamiento fué extraordinario; las fuerzas y el bienestar del niño aumentaron rápidamente; de día en día se notaba en su rostro más frescura y más salud, y cuerpo y espíritu volvieron poco á poco á su estado normal. A medida que se realizaba esta mejoría, se abrían los ojos por tanto tiempo cerrados, y hoy brillan de nuevo para vida del niño y alegría de sus padres. Ve con igual claridad que cualquier compañero de colegio, y nadie, al verle, puede sospechar que ha pasado por tantas miserias.

Tengo la convicción de que el mal estado de aquellos ojos no era otra cosa que el reflejo del estado patológico, peor aún, de todo el cuerpo. Si se seca el tronco de un árbol, se mustian y desprenden las hojas y las flores; y así, no es extraño que enfermen los ojos cuando el cuerpo entero está enfermo. Si el tronco vuelve á dar paso á la savia, hojas y flores brotan y se abren de nuevo.

XI

ENFERMEDADES DE LOS OÍDOS

¡Quién podría explicar las infinitas causas de enfermedad, y cómo influye ésta en los diversos órganos, de modo que pueden quedar enfermos aun después de que ha desaparecido el mal que los puso en tal estado! Cuanto más noble es el órgano, tanto más perniciosa es la influencia de la enfermedad, y tanto más difícil es la curación. Una de las más nobles funciones del cuerpo humano es la audición, y es muy frecuente perderla á consecuencia de cualquier enfermedad, ó por accidentes de nuestro género de vida. Hablemos ahora de la *sordera* y del *ruido de oídos*.

1. Sordera.

Dice una madre de familia: «Mi hija tuvo la escarlatina, de la cual curó; pero desde entonces no se siente bien. Siempre se queja de algo, y lo que más nos aflige es que no oye casi nada. Todos los remedios han sido inútiles.»

Es indudable que esta niña no se ha curado completamente: si se conduele aquí y allá, es porque aún quedan vestigios de la enfermedad. Una vez borradas todas las huellas de la escarlatina, recobrará el oído. Hay, pues, que actuar sobre el cuerpo entero en general, y en particular sobre el oído enfermo. Las siguientes aplicaciones producirán el mejor resultado:

1) Por espacio de hora y media, aplicación de la camisa mojada. 2) El chal durante hora y media, pero renovándolo cada tres cuartos de hora, y durante este tiempo un fajamiento caliente de los pies (con una tohalla ó servilleta para cada pierna, desde el tobillo hasta por encima de la pantorrilla), también de hora y media de duración. 3) Loción completa por la noche, dejando el lecho y volviendo á acostarse sin enjugarse, lavándose, sobre todo, el occipucio y las orejas. 4) Envolved con un lienzo empapado en agua caliente las orejas y las partes próximas durante dos horas, pero renovando la compresa cada media hora. 5) Fajamiento de la cabeza (véase fajamientos).

Estas cinco aplicaciones, una cada día, deben ser empleadas por espacio de mucho tiempo; además se debe sacar partido de los baños calientes con paja de avena, por espacio de veinticinco minutos á 28-30° R. una vez á la semana, y seguidos de una ligera loción fría, para que el organismo no quede muy sensible por efecto del agua caliente. Estas operaciones pondrán al enfermo en el mejor estado. Se podrá continuar por espacio de mucho tiempo el uso de las compresas calientes sobre las orejas.

2. Zumbidos.

Se trata de una persona que con mucha frecuencia sufre un violento zumbido de oídos, debilidad nerviosa, temblor de los pies y de las manos, palidez y ojeras. Ha consultado á varios médicos, uno de los cuales decía que el origen del mal era nervioso; otro, que era á consecuencia de una retropulsión del reuma, y el tercero lo encontraba en una retracción del tímpano. Tratamiento: 1) Paseo por el agua todos los días durante dos ó cuatro minutos, después ejercicio en habitación templada, ó, si el tiempo era bueno, al aire libre. 2) Cada dos noches lavarse completamente, dejando el lecho, con agua y un poco de vinagre. 3) Un chal, dos veces á la semana, durante una hora; continuar así dos ó tres semanas. Si entonces no se ha disipado completamente el mal, paseo por el agua cada dos días, y lavarse una vez por semana.

XII

ENFERMEDADES DE LA NARIZ Y DE LAS FOSAS NASALES

La principal, entre las operaciones morbosas que tienen su asiento en la nariz y las fosas nasales, es la coriza ó romadizo, que consiste en la inflamación catarral de la mucosa de las fosas nasales.

El romadizo proviene frecuentemente de un cambio de temperatura, cuando del frío y del aire libre, y transpirando un poco, se pasa á una habitación muy caliente. También puede producirse exponiéndose durante cierto tiempo á una corriente de aire frío. Se siente de pronto en el pecho, en la garganta y en la nariz cierto entorpecimiento como si se hubiese atravesado un pequeño tubérculo en las fauces. Si no se cuida desde un principio, se extiende y adquiere importancia. El constipado ataca fácilmente á las personas que usan traje de mucho abrigo, y en las cuales ciertos órganos son, por consiguiente, muy delicados. Podemos afirmar que no sería difícil preservarse de todo resfriado si, como hemos dicho repetidamente, se endureciese el cuerpo de un modo racional.

¿Qué hay que hacer para evitarlo? Pongamos un ejemplo: Figuráos que he andado más de una hora á buen paso y con una temperatura de 12° bajo cero, y penetro sin transición en una estancia cuya temperatura se eleva á 14°. Este cambio brusco de 26°, por fuerza ha de ser peligroso y producir consecuencias desagradables. Mejor hubiera sido retardar un poco el paso durante los cinco ó veinte últimos minutos, y permanecer algunos más en el pasillo sin dejar de hacer ejercicio. De este modo el calor y la transpiración, reducidos por la marcha, hubieran disminuído poco á poco. El cambio hubiera tenido así una transición y se hubiera efectuado sin peligro, y una vez dentro de la estancia me hubiera paseado por ella algunos instantes.

Si no habéis podido evitar los resultados de vuestra imprudencia y sentis alguna molestia en la garganta, salir de nuevo al aire libre y hacer un poco de ejercicio. Esto resolverá y eliminará en una media hora lo que os incomoda en la garganta.

La ronquera no es otra cosa que la propagación del catarro á la laringe. La campana mejor timbrada enmudecerá seguramente si se le ata el badajo, y así también la voz más melodiosa perderá su timbre, si se inflaman las cuerdas vocales. Alejada la inflamación, la hinchazón y la ronquera desaparecerán en seguida (1).

La observación siguiente puede ser de utilidad general. Hay personas que, sin estar enfermas, están siempre tosiendo. El airecillo más insignificante pro-

(1) Léase lo que he dicho de los catarros en el capítulo *Enfermedades de los ojos*.

voca en ellos la tos sin otras consecuencias, y así se pasan años enteros sin el más pequeño dolor. Esta predisposición es algunas veces heredada, y en tal caso es difícil de combatir. Pero tampoco ofrece peligro alguno, ya provenga la tos de la garganta ó ya de órganos situados más profundamente. Estos sujetos pueden consolarse con el refrán que dice: «quien tose mucho tiempo, vive mucho tiempo.» Por el contrario, hay otras herencias que no son tan inofensivas, que merecen ser tomadas muy en serio, como por ejemplo: la consunción, la tisis, etc. En estos casos hay que aplicar el principio, *Principiis obsta*, contener resueltamente, pero con gran precisión y prudencia los primeros ataques del mal. De otro modo, tarde ó temprano, y con frecuencia demasiado pronto, el mal hará una víctima más. Un simple resfriado descuidado, en una familia predispuesta á la tisis, puede convertirse en el insecto que destruye el más vigoroso abeto y destruye el organismo más robusto. Todo cuidado es poco: una conducta prudente puede ir conllevando sin malas consecuencias aún las enfermedades hereditarias.

XIII

ENFERMEDADES DE LA LARINGE

Siendo la laringe instrumento de la voz humana, sólo nos ocuparemos en este capítulo de la *ronquera* ó laringitis catarral y de la *afonía*.

1. Ronquera.

Una chica de once años había perdido la voz, hasta el extremo de costarle gran trabajo hacerse comprender á merced de voces estridentes. Era muy blanca y de ojos azules; y se notaban en ella gran delgadez y postración de fuerzas. El calor natural casi había desaparecido, lo mismo que el apetito, quedando sólo un poco de gusto por la cerveza y por el vino.

En el transcurso de dos meses, la niña se curó y se restableció por completo, merced á las aplicaciones siguientes: 1) De dos á cuatro veces todos los días, paseo á pie descalzo por la hierba mojada. 2) Aplicación de chal tres ó cuatro veces por semana. 3) En el mismo tiempo cuatro baños de asiento. 4) Durante

las tres últimas semanas, si es verano, bañarse tres veces por semana en agua asoleada.—El régimen alimenticio fué muy sencillo y consistió en la alimentación ordinaria, sobre todo la leche á la dosis de una cucharada por hora, por espacio de doce.

Un eclesiástico era muy propenso á la inflamación de la laringe, que se le presentaba con regularidad desde el mes de Octubre hasta el de Mayo. El enfermo lo probaba todo y consultaba á todo el mundo, pero en vano. Llevaba padeciendo catorce años. Por fin, recurrió á mí y recobró la salud en un espacio de tiempo extraordinariamente corto.

Todos los días se sumergía en el agua hasta las rodillas, sumergiendo á la vez las manos. Tuvo también que administrarse lociones completas, sobre todo, por la mañana al levantarse, ó cuando se despertaba durante la noche. Aquel mal inveterado se disipó por completo, y hace dieciséis años que no ha vuelto, lo que prueba que fué radical la cura.

2. Afonía.

La voz humana es cosa tan importante, que bien merece que hablemos de ella extensamente.

Sucede con frecuencia que la voz se pierde en todo ó en parte sin que se conozca la causa. Unos logran todavía hacerse entender un poco, otros se ven obligados á recurrir á la pluma ó al lapiz para expresarse.

Hace doce años que vino á consultarme un sacerdote que tenía que decirlo todo por escrito. Había puesto en práctica cuantos consejos le habían dado

para buscar alivio. Después de aplicar gargarismos, el magnetismo, la electricidad, las ventosas y cauterizar catorce veces la garganta con nitrato de plata, el médico declaró que la voz se había extinguido para siempre, porque los órganos estaban corroídos y deformados por numerosas cauterizaciones. Agotada la ciencia, el sacerdote recurrió al agua; y á ella, después de Dios, debía su curación. Cuando llegó aquí no tenía buen aspecto; se advertía falta de frescura en la tez, que era mate y enfermiza. No sentía dolor alguno y creía que su padecimiento estaba reducido á la falta de voz. ¿Pero cómo es posible que el órgano de la voz permanezca mudo, no estando herido ni enfermo? Si yo tapo á cualquiera la boca, no tendrá enfermo el órgano de la voz, pero no hablará; y sería locura buscar la causa en la garganta. En tal caso, para que vuelva la palabra hay que empezar por apartar la mano de la boca. La laringe puede estar en buen estado, y la afonía obedecer á diversas influencias. ¿Cuáles son éstas?

Cuando los chicos interceptan el curso de un arroyo, amontonando en el cauce arena y piedras, el agua se detiene y busca salida por uno ú otro lado, ó bien inunda los sitios próximos que, el declive del terreno le permite. Lo mismo sucede con frecuencia en el organismo humano: si la mirada pudiese penetrar en esta cuenca, surcada por mil arterias, se vería que obstáculos análogos entorpecen el curso de la sangre. El resultado es la hinchazón de las membranas mucosas y el trastorno de la circulación. ¿Quién no ha visto un exóstosis de la mano ó del pie? Pues imagináos un tumor semejante apretando y comprimiendo en el interior. El órgano así

comprimido, ¿no se vería perturbado en sus funciones? Meted en un saco de cuero la más sonora campana, y se acabó el sonido; todo esfuerzo será inútil.

Volvamos ahora á nuestro enfermo mudo. La primera afusión superior me permitió reconocer enormes entorpecimientos en la circulación, casi verdaderos tumores. Estas eran las verdaderas ligaduras de las cuerdas vocales, y suprimiendo aquéllas, volverían á funcionar éstas. Esto se consiguió merced á aplicaciones de agua de acción resolutiva y eliminadora, y sobre todo merced al baño de vapor en la cabeza. Este baño provoca la transpiración en toda la parte superior de la cabeza. Una irrigación fría, administrada inmediatamente, arrastrará lo que ha sido disuelto y fortificará el organismo. Como se trataba de un enfermo corpulento, y en ellos es siempre considerable el afiujo de sangre á las extremidades superiores, hubo que combatirlo por medio del baño de vapor en los pies, seguido de afusión fría. Estas dos operaciones pueden hacerse una vez, ó, si es mucha la corpulencia, dos veces por semana.

La bata hidroterápica es también un resolutivo que actúa sobre el cuerpo entero. Añadid una ó dos veces por semana los baños de medio cuerpo fríos (sumergiéndose hasta los sobacos, y durando á lo más un minuto), con enérgicas lociones de la parte superior, del cuerpo, ó bien afusión superior y afusión inferior en lugar del baño: esto es lo más eficaz. Estas aplicaciones, practicadas con exactitud y unidas á una vida metódica (no permanecer mucho tiempo sentados, ejercicio al aire libre y trabajo

manual), restablecen la normalidad. Aquel organismo emprendió de nuevo una marcha regular, y el órgano de la voz, sin ayuda de otras tinturas, ni del nitrato de plata, ni de la electricidad, volvió á funcionar como en los mejores días. Nadie hubiera creído que aquel sacerdote recobraría la voz, y sin embargo se encontró restablecido al cabo de seis semanas, y hoy, á los doce años de curado, su voz tiene una sonoridad tan agradable, que encanta á los que la oyen.

A otro sacerdote se le había alterado la voz de tal modo, que por espacio de cinco años, y mientras consultaba á los médicos más célebres, tuvo que encargar á otro colega el desempeño del curato. Le administraron muchas inhalaciones y le cortaron las amígdalas; y todo *frustra, sed non gratis*. Todos buscaban el mal en la laringe, hasta que el último médico que le vió, dijo que no había afección en la garganta, pero que el órgano laríngeo no funcionaba, sin que él pudiese dar razón de la causa. Sólo en virtud de esta declaración, consintió el paciente en recurrir á mi tratamiento, por medio del agua fría, que á tanta gente asusta.

Antes de transcurridos seis meses, había recobrado la voz, y gozaba de ella en toda su plenitud y fuerza, diciendo que con la mitad se hubiera dado por contento.

Tampoco en este eclesiástico estaba lesionada la laringe... Yo me fijé desde un principio en que tenía el cuello muy grueso, y que la parte superior de su cuerpo tenía desmesurado desarrollo, en comparación de las manos y los pies, que estaban bastan-

te desnutridos. Había padecido en otro tiempo de cólicos de poca duración. La misma naturaleza había buscado este descarte, que no le bastó para expulsar todos los elementos morbosos. Cesaron estos cólicos, y en adelante no experimentó el enfermo más que algunas molestias muy ligeras en el vientre. Es lo mismo que sucede en una casa, cuando el inquilino del piso bajo se traslada al más alto, que ya está habitado por otra familia; ambos inquilinos se aprietan, se molestan, y no llegan nunca á entenderse. ¿Qué hacer en semejante caso? No basta practicar las inhalaciones, ni extraer las amígdalas, ni aun cortar la campanilla; no hay más recurso que hacer desalojar al inquilino importuno. Cuando hayamos restablecido el orden en el organismo, volverá la voz.

Una vez por semana se obligó al enfermo á transpirar abundantemente de las extremidades superiores é inferiores, y á irrigar bien estas mismas partes, ó, lo que es lo mismo, á recibir baños de vapor en la cabeza y en los pies, seguidos de afusiones. Después, para combatir la hinchazón en ciertos sitios, tuvo que meterse en agua fría hasta los sobacos cuatro veces por semana, pero con la mayor rapidez posible, nunca más de un minuto, y locionando enérgicamente las partes no sumergidas; por último, se empleó la bata hidroterápica; á las cuatro semanas hubo bastante con la mitad de las aplicaciones, es decir: afusión superior é inferior y baño de medio cuerpo, con loción de la parte superior del cuerpo, una vez por semana. Más tarde se cuidó de no suspender de una vez todas las aplicaciones, practicando por algún tiempo algunas de

ellas, y por el orden ya indicado. Por último, no hubo necesidad de animarle, porque á medida que aumentan las fuerzas, se desea más el agua y se confía más en ella, admirándose entonces de que haya personas temerosas del elemento líquido, que se lavan las manos y la cara, pero que se aterran á la idea de extender el uso del elemento líquido. *Habeant sibi.* Y claro es que así enferman.

El sacerdote recobró su voz completamente, y hace once años que la enfermedad no ha vuelto á manifestarse.

Un director de colegio, joven todavía, sufrió también la extinción de la voz, que le impidió dedicarse á la enseñanza por espacio de nueve meses. Consultó á muchos médicos, entre ellos algunos célebres especialistas. Después de haberse aplicado las inhalaciones y la electricidad durante algunas semanas, le dijeron que las cuerdas vocales habían perdido toda elasticidad; que habiendo fracasado el tratamiento, había que limitarse á la expectativa, y que era necesario dejar el órgano en completo reposo por espacio de un año. Esto era demasiado para el pobre profesor, que se resolvió á buscar su salvación en el agua. Al cabo de seis días había recobrado la voz; y seis semanas después, toda la sonoridad. Han pasado desde entonces cuatro años y seis meses, y no hay que temer que la enfermedad vuelva á presentarse.

¿Qué le había pasado á este profesor? Voy á decirlo. No tenía el aire enfermizo; todo lo que se observaba en él era falta de brillo en la piel y que inclinaba un poco la cabeza hacia adelante. Tenía buen

apetito y se sentía fuerte: ¿por qué las cuerdas vocales habían de enfermar aisladamente, hasta perder toda su elasticidad? Esto no era verosímil. Cuando le dije que no tenía nada en las cuerdas vocales, comprendí que le contrariaba, y como, según costumbre mía, no le miré la garganta, donde él suponía que se alojaba el mal, se disgustó en extremo y perdió en mí toda confianza. Yo traté de probarle que nada le faltaba en la laringe, y que nada había que curar en ella; y, en efecto, para nada me ocupé de la laringe. ¿Dónde se encontraba el mal? En la parte superior de los homóplatos, de un lado á otro de la parte superior de la espalda, á ambos lados de la séptima vértebra cervical; el enfermo presentaba ligeras prominencias como pequeñas almohadillas, poco perceptibles á simple vista. Penetraban en el interior y comprimían el órgano de la voz.

Nuestro enfermo fué tratado con el agua fría, con todo el rigor que permitía su juventud; se aplicó el chal, tomó baños de medio cuerpo y usó la bata hidroterápica. Después tuvo bastante con baños de medio cuerpo, con lociones de la parte superior del cuerpo. El horror al agua había desaparecido; la naturaleza se acostumbró bien pronto á ella, y la convirtió en una necesidad, no transcurriendo una sola semana sin una ú otra aplicación, lo que bastó para sostener la salud en buen estado. ¡Cuántas veces oigo decir: «Ahora ya sé por mí mismo que todo lo debo al agua, y no renunciaré jamás á ella!»

La condesa de N. es autora de la nota siguiente: «Hace dos años tenía yo la difteria en el más alto grado, como decía el médico. A esta enfermedad

siguió una cefalalgia terrible. Pasadas algunas semanas, perdí la voz á consecuencia de un baño caliente, y la afonía fué tan completa, que tenía que hacerme entender por escrito. Mis padres consultaron á los médicos más notables. Durante meses enteros tuve que soportar la electricidad todos los días, y me pusieron sanguijuelas en la garganta, lo cual me produjo varios síncopes, y me hicieron toda clase de operaciones en el cuello. Todavía me horrorizo al recordar aquel tratamiento; y esto sin hacer mención de todo lo que tuve que tomar al interior. Así pasé dos años, al cabo de los cuales los médicos convinieron en que yo no volvería á recobrar la voz, y dos de ellos llegaron á afirmar que estaba tísica. ¡Cuanto he sufrido! Jamás he podido sentir calientes los pies: pies y manos están fríos como el hielo. Hace muchos meses que no consigo entrar en calor ni un momento, ni en el lecho ni vestida, á pesar de que mis trajes son de lana. No tengo el menor apetito: todo cuanto como, me sienta mal, y esto me desespera. Sólo tengo quince años, pero no conozco criatura más desgraciada.»

Que esta pobre criatura haya temido mucho al agua fría, se comprende; y los padres no se atrevieron á pensar en la hidroterapia por no imponer un suplicio más á su delicada niña. Una sola persona se interesó por la enferma y buscó remedio para ella en el agua. En efecto: escuchó de mí ciertas promesas, á condición de que se sometiera á un tratamiento tan moderado como exacto. Al mismo tiempo declaré categóricamente que no faltaba absolutamente nada á los órganos de la voz; y que lo necesario y lo urgente era reanimar y fortificar aquel cuerpo extenuado, seme-

jante á una ruina, porque la reaparición de la voz no se haría esperar, una vez reconstituídas las fuerzas.

La enferma estaba extraordinariamente anémica, como lo probaba la baja temperatura de su organismo; sólo en el pecho se manifestaba todavía cierto calor. Fué, pues, necesario recurrir á los fajamientos, para favorecer la formación de la sangre y su buena circulación. Tuvo que sujetarse á un régimen muy sencillo, y sumergir de dos á tres veces todos los días las manos y los antebrazos y los pies, hasta por encima del tobillo, en agua fría; ó, lo que es aún mejor, pasear por la hierba mojada ó sobre el piso regado.

Estos son, dígase lo que se quiera, los medios mejores de provocar el desarrollo del calórico en las naturalezas empobrecidas, sobre todo en las extremidades anémicas, manos y pies; y á ello hay que recurrir, para estimular el organismo y elevar su temperatura. Después, la enferma se lavaba de una á tres veces por día enérgicamente la espalda, el pecho y el vientre, con agua fría. Los primeros ensayos le costaron cierta violencia; pero á medida que aumentó en ella el calor. aumentó también el buen ánimo, siendo estos nuevos alientos como brisas primaverales que anunciaban la resurrección de aquel organismo miserable. La enferma dió un paso más; metió los pies en mayor cantidad de agua y prolongó la inmersión de los brazos hasta un minunuto. Estos ejercicios duraron de ocho á diez días. Vinieron después ligeras afusiones á las rodillas, y afusiones superiores cada dos ó cuatro días, una por la mañana y otra por la tarde. Quince días después los baños de medio cuerpo diarios (hasta el

epigastrio), y una afusión superior, durando uno y otra un minuto, siendo indiferente cuál de ambas aplicaciones debía ser la de la mañana y cuál la de la tarde. En cuanto á la alimentación, hubo de escoger manjares de fácil digestión, que favorecieran la formación de la sangre y de los humores; manjares nada exquisitos ni fuertemente condimentados. En cuanto á bebidas, nada de alcohólicos, poca cerveza, y lo mejor la leche.

La desgraciada Condesa recobró sus fuerzas físicas y su voz, y continuó con las aplicaciones hidroterápicas por algún tiempo, para completar la curación. Nunca es conveniente suspenderlas de una vez, sino poco á poco y á medida que se restablecen las fuerzas.

Una joven de dieciséis años perdió la voz, sin causa que lo justificara; apenas se entendía lo que hablaba. Consultaba á los médicos, y éstos le prescribían remedios que fueron ineficaces. Tenía apetito y buen semblante, redondo y lleno, y el cuello un poco corto; tampoco carecía de gordura, quizás demasiada. Se advertía que la respiración era un tanto penosa. Los pies los tenía siempre fríos. La restablecí en seis semanas, merced al tratamiento siguiente: El buen color, la plenitud y redondez de su cara indicaban que la sangre afluía con exceso á la parte superior del cuerpo; de ahí la hipertrofia de estas regiones, y quizás los entorpecimientos en la circulación. Para obtener la curación, había que procurar, ante todo, una distribución igual y uniforme del calor en todo el cuerpo, á fin de rebajar el de la cabeza y aumentar el de los pies. La joven tomó

diariamente dos ó tres pediluvios fríos, de un minuto, á lo más, de duración, seguido siempre de un buen paseo al aire libre. Además se dedicó asíduamente al ejercicio de andar descalza por la hierba mojada ó por el piso regado. Mientras que estas aplicaciones llevaban la sangre, y con ella el calórico, á las extremidades inferiores, se resolvían y desaparecían las hinchazones y entorpecimientos del cuello y de la cabeza. A este efecto se puso la bata hidroterápica una vez al día, durante la primera semana; cada dos ó tres días durante la segunda y la tercera, y más tarde una vez por semana; pasados los quince primeros días, tomó como corroborante un baño de medio cuerpo de un minuto, con loción de las partes no sumergidas. En lugar del baño de medio cuerpo con loción, hubiera podido aplicarse con el mismo éxito una afusión superior é inferior. Así, la primera parte de la curación consistía en la producción del calor, la segunda en resolver y eliminar lo superfluo, y la tercera en fortificar el organismo. A medida que el cuerpo recobraba sus fuerzas, volvía la voz, que llegó á ser más clara y sonora que nunca, y excelente para el canto, al cual se dedicaba especialmente la joven.

XIV

ENFERMEDADES DE LA GARGANTA

Antes se llamaba *angina* á toda afección ó dolor localizado en el fondo de la garganta, y que producía dificultad de tragar y de respirar. Las enfermedades de que vamos á ocuparnos conservan todavía esta denominación genérica; pero se añade algún epíteto relativo á la naturaleza y al sitio preciso de la alteración, como *angina gutural*, *angina lardácea*, etcétera.

1. Angina gutural.

Se designa con esta denominación la inflamación de la mucosa que tapiza el istmo de las fauces, el velo y los pilares del paladar, la campanilla, las amigdalas y la faringe.

He aquí, ahora, lo que vino á contarme Andrés:

«Apenas puedo hablar, y algunas veces me es completamente imposible. En cierta ocasión, que tuve un dedo malo, perdí la voz por primera vez; ahora se me reproduce la enfermedad en el dedo,

»Por lo demás, tengo el mejor apetito del mundo, y de nada puedo quejarme. El médico ha declarado que la campanilla es muy larga y que hay que cortarla, pero no estoy dispuesto á ello.»

La cabeza de este hombre está como abotargada, y presenta cierta hinchazón en el lado izquierdo, por debajo de la oreja. Se comprende fácilmente que su cara está desfigurada y que, cabeza y cuello, están todavía hinchados por dentro y por fuera; de ahí el entorpecimiento en el modo de funcionar de los órganos, y el mal de la garganta.

Para evitarlo, hay que ejercer una acción eliminadora sobre el cuerpo entero, y después actuar particularmente sobre la cabeza. Lo primero se conseguirá con el empleo del saco y del chal. El saco es lo que el campesino tiene siempre más á mano. Lo sumergirá en un cocimiento de paja de avena, se lo endosará y lo tendrá puesto hora y media, operación que efectuará tres días seguidos; desde el cuarto en adelante, sólo cada tres días tendrá que meterse en este estuche, al cual ya se habrá acostumbrado. En cuanto al chal, lo tendrá todos los días una hora. Al cabo de quince días, empezará á hacer uso de lociones completas, dos veces por semana, y una vez en el mismo tiempo, la bata hidroterápica. Si la campanilla continúa molestándole, tomará unos cuantos baños de vapor en la cabeza, en varios días, por supuesto. Este tratamiento curará seguramente, y de un modo radical, la angina.

He aquí el relato de un sacerdote:

«En el transcurso del verano de 1887 experimenté algunas veces un ligero dolor en la garganta,

acompañado de un pequeño acceso de tos. Aquello desaparecía espontáneamente. Cuando hablaba mucho, ya explicando el catecismo, ya en el púlpito ó en el confesonário, mi voz se debilitaba poco á poco, perdía la sonoridad y estaba á punto de extinguirse. El mal aumentó en los meses de Septiembre y Octubre; se declaró un violento catarro en la garganta, y el médico reconoció que el vértice del pulmón derecho estaba también interesado. Una temporada de tres meses en Méran, colutorios, gargarismos, ascensiones á la montaña, todo fué inútil. Para año nuevo, quiso un médico hacerme una pequeña operación, pero no llegó á practicarla. Por fin, el 25 de Enero, estando para terminar mi licencia, tomé la resolución de abandonar á Méran y venir á Wœrishofen, á donde llegué en un estado de abatimiento muy grande. Las aplicaciones de agua, que consisten en la afusión superior dos veces al día, y el paseo por el agua, me aliviaron rápidamente la garganta; disminuyó el dolor, se afirmó la voz, recobró su timbre, y, en la fiesta de la Candelaria, pude ya dirigir una plática y cantar una misa en D... Sin embargo, la voz era todavía algo ronca, y á consecuencia de esta prueba se presentó un poco el dolor en la garganta, pero se pasó pronto. Cada semana se hacía más palpable el alivio, y al cabo de veintiún días mi voz había recobrado su timbre y su fortaleza de otro tiempo; volví á mi parroquia y á mis trabajos, en perfecta salud.»

2. Angina lardácea.

La angina lardácea, que ataca principalmente á los niños, es una inflamación específica de la mucosa faríngea, con producción de falsas membranas é infección general de la economía. No difiere de la angina gutural por el sitio, sino por su naturaleza y su pronóstico, muy semejantes á los del crup y la difteria.

Un padre se me quejaba en estos términos:

«Mi hija, que sólo cuenta cuatro años, padece una inflamación en la garganta. Así empezaron mis otros tres hijos, y los he perdido en poco tiempo; de modo, que esta niña tiene sus días señalados. Apenas puede ya respirar ni toser; la cabeza y el vientre se le han hinchado. ¿Qué hago? Tardaré cuatro horas en llevar un médico, y ya no encontraré viva á mi hija.»

Mi respuesta fué la siguiente: «Amigo mío, vuelva usted á su casa, caliente un poco de agua mezclada con vinagre, empape en ella un lienzo, retúerzalo y envuelva perfectamente con él el cuello todo de la criatura. Encima ponga usted un pedazo de muletón ó de lienzo seco, y dejad puesto este fomento tres cuartos de hora. Pasado ese tiempo, empapad de nuevo el lienzo en el agua con vinagre, y continuad así por espacio de seis horas, renovando la compresa de tres en tres cuartos de hora. Al cabo de seis horas quitadlo todo y cubrid ligeramente el cuello. Aplicad entonces á la niña un fajamiento de medio cuerpo, con el mismo lienzo empapado en agua avinagrada. Envolvedla en una cubierta seca,

impidiendo por todas partes el acceso del aire, pero sin que la cubierta oprima á la criatura; y dejadla tranquila durante una hora, pasada la cual, se levanta el fajamiento, quedando la niña acostada y cubierta como de ordinario. Si al cabo de seis ú ocho horas persisten la respiración penosa y la tos, podéis recurrir de nuevo al fajamiento del cuello, en la misma forma que antes, y mantenerlo aplicado una ó dos horas. Si al cabo de una hora se ha calentado mucho, ó la niña tiene gran ansiedad, empapad otra vez el lienzo. Ya me diréis el resultado.»

El padre hizo cuanto le ordené; y en el transcurso de treinta horas, vió restablecerse completamente al hijo que creía perdido.

La curación también se hubiera obtenido, empapando el lienzo en un líquido muy frío, mitad agua y mitad vinagre, repitiendo la operación cada tres cuartos de hora. Si el calor no hubiera cedido, se hubiera podido recurrir al fajamiento de los pies, hasta por encima de las pantorrillas.

3. Difteria.

Se da este nombre á una enfermedad, cuyo carácter esencial es la producción de falsas membranas ó depósitos pultáceos en el fondo de las fauces; sea en la faringe, sea también en la laringe y en los bronquios.

En cuanto se manifiesta la difteria, precisa tener cuidado: 1.°) De disolver lo más pronto que sea posible las sustancias morbosas acumuladas; y 2.°) Ac-

tuar sobre toda la economía, á fin de regularizar de nuevo el cuerpo de la sangre y de los humores, cuyo trastorno indica la fiebre que les sirve de barómetro.

Por lo pronto, hay que administrar al enfermo un baño de vapor en la cabeza, y cada veinte ó veinticuatro minutos una loción completa; es decir, aplicada á todo el cuerpo. A las seis ú ocho horas, se pondrá el paciente un chal, por espacio de hora y media, empapándolo en agua fresca cada media hora. En seguida tomará un baño de vapor en los pies, seguido inmediatamente de un baño de medio cuerpo, completamente frío, con ablución de la parte superior del cuerpo. El baño de medio cuerpo y la ablución, deben durar, entre ambos, un minuto. Vuelve su turno al chal, que quedará aplicado, como antes, hora y media. Terminadas estas aplicaciones, se repiten en el mismo orden, una cada doce horas. Al mismo tiempo, el enfermo hará gárgaras con una tisana de cola de caballo, cuatro ó cinco veces al día por lo menos. El terrible mal no tardará en desaparecer.

Todas estas aplicaciones, son de tal modo inofensivas, que en ningún caso pueden perjudicar.

Si el enfermo pasa la noche tranquilamente (como casi siempre sucede), no hay que turbar su sueño, porque la presentación de éste es un indicio de que la naturaleza vuelve á la normalidad; y, merced al efecto reconstituyente del sueño, las aplicaciones hidroterápicas producen mejor resultado. Hagamos también observar, que el sueño es igualmente respetable, si se produce durante alguna de las aplicaciones de agua que se practican en el lecho. Cuando

el remedio ha producido su efecto, es general que el enfermo se despierte sin que le llamen.

«Tengo un hijo de once años—me dijo un padre de familia,—que no puede tragar nada, y, desde hace tres días, apenas si puede respirar. Tiene fiebre y delirio. Yo he hecho lo que he podido, rodeándole el cuello con un lienzo mojado; pero no por eso se alivia. ¿Qué haré para no verle morir ahogado?

El desconsuelo de aquel padre, y la falta de éxito del fajamiento, me decidieron á ver al enfermo, al que encontré en un estado lastimoso, y, al parecer, desesperado. Había ya ciertos indicios que no permitían esperar la curación. Por caridad, al menos, me resolví á hacer un ensayo. El primer día se le lavó bien la espalda, el pecho y el vientre con agua fría cada media hora. Como la fiebre, que era muy ardiente, no quería ceder, hube de limitarme á aplicar al vientre un lienzo empapado en agua fría. El fuego se aplacó.

Al día siguiente me dijo el padre: «El niño ya puede tragar; pero á los lados de la cabeza, hacia las mejillas, y las quijadas se ha presentado una gran hinchazón. Cuesta trabajo entenderle cuando habla, pero no quepo en mí de alegría, al ver que ha recobrado la palabra».

El padre tuvo que aplicar á las partes hinchadas, á derecha é izquierda de la cabeza, lienzos empapados en agua mezclada con vinagre, y renovar estas compresas cada media hora. Además, cada vez que se mostrase más intensa la fiebre y el enfermo más agitado, locionar el pecho, la espalda y el vientre.

A los tres días, la criatura estaba fuera de peligro. Las lociones se le aplicaron todavía, siempre que aumentaba la fiebre.

Los gargarismos de infusión de alholva (una cucharadita de alholva cocida en medio cuartillo de agua, infusión que también se administró á cucharadas al enfermito, que guardaba el lecho), produjeron excelente resultado. La infusión de malvas, de hierba de San Juan, de gordolobo, se hubieran empleado con igual éxito. Otro remedio excelente sería tomar todos los días tres ó cuatro cucharaditas de aceite de oliva, que ejerce una acción sedante extraordinaria sobre el calor interior.

El niño se salvó y goza hasta hoy de la más perfecta salud.

XV

ENFERMEDADES DE LOS BRONQUIOS

Y DE LOS PULMONES

Las enfermedades de los bronquios se confunden á menudo con las de los pulmones, á causa de que las últimas ramificaciones bronquiales se pierden en los pulmones y se identifican con ellos. Sin embargo, se ofrece con frecuencia el caso de una afección, sea bronquial, sea pulmunar, perfectamente aislada y distinta.

1. Bronquitis.

La bronquitis es la inflamación de la membrana mucosa de los bronquios. Es aguda ó crónica, en cuyo caso también se llama *catarro pulmonar*.

«Los médicos, me contaba una madre de familia, dicen que padezco una afección catarral de la garganta y de los pulmones, y que el pecho está gravemente amenazado. Dos de aquellos me han desahuciado. Quiero, por lo tanto, hacer un ensayo hidro-

terápico; si este tratamiento no da resultado, me resignaré ante la voluntad de Dios.»

Durante veinte días, se aplicó esta mujer dos afusiones superiores diarias, seguidas de afusión á las rodillas; y dos veces por semana el fajamiento de medio cuerpo. Además tomó todos los días dos tazas de una infusión de granos de hinojo, de ortigas y llanten, á pequeños sorbos.

Al cabo de este tiempo, había desaparecido la tos, y lo mismo las obstrucciones y entorpecimientos de la circulación; el cutis había recobrado su frescura, y la enferma sus fuerzas.

2. Influenza.

Mucho se ha hablado en estos últimos tiempos de una nueva enfermedad designada con el nombre de *influenza*; pero poco ó nada se ha dicho acerca del modo de curarla con seguridad y prontitud. Los médicos la atribuyen carácter epidémico, y prentenden que se propaga por la atmósfera. Por mi parte creo que se trata sencillamente de la *grippe*, más ó menos manifiesta.

La *influenza* se declara rápidamente, las más de las veces á consecuencia de un cambio brusco de temperatura. Como vivimos en el siglo de la molicie, cualquier modificación de los agentes naturales hace presa fácilmente en el interior de nuestro organismo: el frío atmosférico entra en conflicto con el calor de nuestro cuerpo, y este conflicto, sobre todo cuando la cabeza y el cuello van muy abrigados, termina fácilmente con daño del organismo, provo-

cando en la garganta una inflamación, que no tarda en extenderse á la cabeza, al pecho y al cuerpo entero.

En cuanto á los síntomas de esta enfermedad, los indicaré en el siguiente caso práctico, relativo á un sirviente:

«Anoche estaba fuerte y sano, sin sentir la menor molestia; esta mañana me encuentro medio baldado; me tiemblan las piernas y no puedo dar un paso. La cabeza me duele de tal modo, que estoy atontado, y en la garganta siento un picor y un escozor tan grandes, que no puedo tragar nada.»

A este enfermo, tan súbitamente atacado de *influenza*, le prescribí el siguiente tratamiento:

Vuelva usted en seguida á su casa, y acuéstese; con agua fría lávese el cuello, el pecho y la parte superior del cuerpo; envuelva el cuello en un lienzo seco (servilleta ó tohalla); tápese bien, pero sin exceso de ropa. Repita usted la operación diez veces en diez horas. Después hay que lavar todo el cuerpo con agua fría, tan rápidamente como sea posible. Por último, tome usted una cucharada de agua de hora en hora.

Después de la loción completa se presentó una traspiración tan abundante, que el enfermo, metido en cama, nadaba en sudor. Este sudor arrastró hasta los últimos vestigios de la enfermedad, y el sirviente se encontró completamente repuesto.

Preguntaréis, quizás, cómo han podido combatir la enfermedad estas aplicaciones hidroterápicas tan sencillas. Escuchad, amigos míos: el frío había invadido la parte superior de la garganta, donde oca-

sionó la inflamación. Esta provocó el aflujo de sangre, que fué congestionando la garganta y la cabeza, mientras se enfriaban las extremidades, de donde la sangre se había retirado. Por medio de las lociones se abrieron los poros, y, con ayuda del fajamiento seco de la toalla, se desarrolló de nuevo el calor en la superficie cutánea. De este modo se estableció en el cuello y en la cabeza la traspiración, que lo arrastró todo en el espacio de tiempo que se ha dicho.

El lienzo seco ejerció una acción eliminadora, el agua un efecto disolvente, y así fueron expulsados del cuerpo todos los elementos morbosos. La misma acción disolvente y eliminadora ejerció en el interior el agua en bebida. Mientras que las lociones y los fajamientos de la parte superior del cuerpo determinaron una acción local, la de la loción completa se extendió á todo el cuerpo.

Abiertos los poros, las lociones desarrollaron el calórico del cuerpo, y la temperatura del lecho determinó la eliminación de los humores morbosos del organismo. De esta manera fué posible desterrar el temido huésped en dieciocho horas.

3. Fluxión ó congestión pulmonar.

La congestión pulmonar designa en ocasiones la pulmonía, y otras veces la pleuresía, y aun la coexistencia de ambas afecciones, que á menudo se presentan juntas. La pulmonía consiste en la inflamación del tejido mismo de los pulmones, mientras que

la pleuresía es la inflamación de la membrana que tapiza exteriormente los pulmones (pleura).

El caso de Margarita es el siguiente: Tos violenta y seca, acompañada de grandes náuseas, y fiebre que aumentaba de hora en hora. En un lado del pecho experimentaba cierta sensación de escozor y punzadas dolorosas. El médico declara que va á desarrollarse una inflamación pulmonar. ¿Cómo socorrer á esta criatura? Hasta los niños saben que una esponja puede absorber y retener una gran cantidad de agua. ¿No será posible encontrar medio de atraer, absorber y retener el calor, como queda el agua en la esponja? Sí, el medio existe, y está á nuestro alcance. No hay campesina que no conozca el requesón; por medio del suero se le reduce á una pasta del espesor de una hoja de cuchillo, que se extiende sobre lienzo; después se aplica esta cataplasma sobre la parte ardorosa, desde la cual amenaza propagarse la inflamación.

No conozco remedio tan eficaz como este, para llamar y absorber el calor. Así he visto calmarse y desaparecer completamente las más intensas inflamaciones, por medio de esta aplicación, repetida de dos á cuatro veces al día, según el grado de calor. Conozco á muchos que fueron atacados de inflamación, y que deben su salvación á esta aplicación tan sencilla.

Para uso interno, y como calmante, el enfermo debe tomar dos veces al día una cucharada de aceite de oliva.

Si estos remedios no bastan, y el calor persiste, se pueden emplear después de ellos las aplicaciones de agua. Se envolverá al enfermo, desde los sobacos

hacia abajo, con un lienzo mojado (fajamiento inferior), que se repetirá dos veces al día. (No insisto ahora respecto de la manera de disponer lá cubierta seca; véase en la *Parte primera* de esta obra el capítulo de los fajamientos y de las compresas). O bien se envolverán ambos pies hasta por encima del tobillo con lienzos empapados en agua (si se añade un poco de vinagre, mejor), y se renuevan á medida que se sequen. También se puede hacer uso de calcetines mojados, encima de los cuales se colocan otros secos.

Si nuestra enferma se aplica esta cataplasma de queso durante tres ó cinco días, desde el principio de la enfermedad, podrá estar curada en seis ó siete días, ó en nueve ó diez, á lo sumo.

Otros órganos principalísimos pueden ser, como el pulmón, asiento de inflamaciones; nos referimos á las pleuras, el diafragma, el peritoneo y otros. Las reglas y procedimientos terapéuticos que acabamos de describir, son igualmente aplicables en estos casos: revulsión de la sangre, es decir, desviación de este líquido del punto inflamado; refrigeración de éste después, esto es, sustitución del calórico por medio del frío.

Fuí llamado en cierta ocasión, á media noche, para ver á un enfermo, que perdía la respiración y sufría mucho con la tos y las náuseas. Sentía punzadas en un costado, y el calor era horrible en todo el cuerpo. La familia quería que administrase al enfermo los Santos Sacramentos y le preparase á bien morir; pero me negué á ello y dispuse que le envolvieran desde los sobacos hacia abajo con un lienzo mojado (fajamiento inferior) y que le aplicaran una cataplasma de requesón á la parte dolorida, tomando al

mismo tiempo una cucharada de aceite de oliva. El resultado no pudo ser más feliz. Continuaron el tratamiento durante seis días, y el enfermo se encontró fuera de peligro.

Cuando una congestión pulmonar ó una inflamación cualquiera llega á producir la muerte, ¿qué ha pasado en el interior del organismo? ¿Cómo podemos tener idea de ello? El exterior refleja el interior. Muchas veces habréis podido observar en los demás ó habréis sufrido en brazo, mano, pie, espalda ó pecho un forúnculo ó divieso. ¿Cómo se desarrolla? Primero se pone roja la piel y se siente como una quemadura interior. Aumenta la hinchazón y, al cabo de cierto tiempo, se advierte en la cima de este absceso, sea grande ó pequeño, un punto blanco y saliente. Entonces se dice que el absceso está maduro, y se le abre por incisión ó por compresión, dejando paso á la sangre corrompida y al pús. En buen hora.

Semejantes abscesos ó clavos causan por lo general, grandes dolores, no solamente en la mano ó el pie ú otro punto cualquiera donde aparezcan, sino extendiendo el malestar á todo el cuerpo. Esto prueba de un modo evidente, que el organismo entero participa de los sufrimientos de un órgano particular, aun tratándose de afecciones de tan poca importancia. De donde se sigue lógicamente que el bienestar es general, si se curan radicalmente estos tumores; y, que por el contrario, son generales las molestias, si esa curación no se logra.

Si uno de estos abscesos alcanza proporciones considerables, sin circunscribirse, sin formar punta, sucede que la piel toma poco á poco un tinte lívido y un color rojo oscuro. La sangre se descompone, y

esta sangre alterada va á ejercer una acción morbosa. Una mordedura de la terrible serpiente de cascabel, una gota de su veneno en la sangre, basta para producir la muerte en pocos minutos. Semejante sangre es un veneno. Si se mezcla con la buena, la infecta y produce la intoxicación de toda la masa líquida; intoxicación que mata seguramente. si no logramos detenerla. De un modo análogo podemos figurarnos la marcha, en el interior del organismo, del proceso morboso que venimos analizando. Si los órganos atacados son los más nobles, el envenenamiento es más rápido y sus consecuencias más fatales. Ya se diga que ha producido la muerte una intoxicación de la sangre, ó una infección purulenta, como se dice en el lenguaje moderno, ó á causa de un carbunclo, como dice el vulgo, se trata siempre del mismo mal, bajo denominaciones diversas.

Martín, hombre fornido y de buena presencia, se siente atacado de fiebre alta. Después de calofrío terrible, se apodera de él un calor ardentísimo, sobre todo en la cabeza, lo cual induce al médico á diagnosticar una inflamación del cerebro. Por dentro se siente abrasado; el calor se manifiesta al exterior por la respiración ardorosa; aquel horno humano quema y calcina los órganos interiores, como el fuego consume los leños en la chimenea. Los pródromos del mal fueron la cefalalgia, el abatimiento, la fatiga y el calofrío. La única molestia, de que el enfermo se da cuenta, es la fiebre; no siente dolor alguno en ninguna parte. Diez días después había fallecido, y la autopsia probó que el cerebro estaba intacto, y

que la muerte había sido producida por la inflamación del pulmón.

Se me preguntó que cómo hubiera tratado este caso. Ante todo, hagamos observar que este caso es de los que demuestran las dificultades que ofrece el diagnóstico y cuán fácil es engañarse, sin otra guía que los síntomas. En las inflamaciones pulmonares hay casi siempre punzadas y calor quemante en la región pulmonar, tos y náuseas; cosas todas que faltaban en nuestro enfermo. ¡Cuán duro es el tratamiento alopático en estos casos! Ya tendremos ocasión de insistir en esto. Nótese bien que el tiempo apremia, la inflamación ha tomado ya grandes proporciones. La bomba de incendios no debe faltar ni retardarse, porque en tal caso la consecuencia es inevitable. No es cosa de andar con gotas ni cucharadas, que el fuego devora rápidamente. En estos casos desesperados, mi regla de conducta—cuya bondad nadie pondría en duda—es sencillamente esta: ¿se trata de un incendio? pues apagad; apagad desde luego, allí donde el fuego es más intenso; y si éste ha invadido todo el cuerpo, apagad en todas partes á la vez. Quizá consigáis dominar el incendio en su conjunto; y en todo caso, lo que reduzcáis os dará tiempo para respirar y reflexionar.

Yo hubiera admisnistrado al pobre Martín una loción del pecho y del abdómen, de media en media hora, por espacio de tres ó cuatro. La violencia del fuego se hubiera amortiguado otro tanto. Después hubiera continuado extinguiendo el fuego por medio de compresas, superiores é inferiores—estas últimas reforzadas, es decir, plegado el lienzo varias veces,—calcetines mojados ó fajamiento de los pies

hasta por encima de los tobillos y renovados de hora en hora. Teniendo el enfermo pulmones robustos, (como lo prueba el no haber sentido dolor en ellos ni aun en el más alto grado de la afección) hubiera debido salvarse, á menos que la voluntad de Dios, cuyos designios son impenetrables, hubiera dispuesto otra cosa.

4. Tisis.

La tisis, á la manera de la serpiente que, oculta entre la hierba ó escondida bajo una roca, acecha su presa, existe y trabaja sordamente el cuerpo mucho antes de manifestarse. Su punto de partida es un tubérculo; masa pequeñísima que se produce en un sitio cualquiera del cuerpo, la supuración la desarrolla poco á poco y acaba por destruir los tejidos próximos. Este proceso puede tener asiento en el pecho (pulmones, pleuras), en el vientre (intestinos, riñones), en la garganta (bronquios, laringe), etcétera, es decir, en los órganos más nobles y más importantes. Allí donde se desarrolla un tubérculo, se producen inmediatamente trastornos en el curso de la sangre, en su composición y en la de los humores. El cuerpo atacado por la tisis sufre la misma suerte que el árbol cuyas hojas amarillean y se secan prematuramente: los vasos ya no contienen el jugo vital; el árbol deja de estar alimentado y de ahí la alteración y la muerte; sin que el sol y el aire libre produzca sus saludables efectos. Otro tanto sucede en la tisis, en la tuberculosis: la sangre, que es nuestra savia, disminuye, el enfermo se debilita, la vida se va, como se apaga la lámpara falta de aceite.

Cuando la tisis ha hecho progresos en el organismo y ha destruído alguno de nuestros órganos, el enfermo está perdido. Pero si sólo se ha iniciado en tal ó cual parte de la economía, el agua puede curarla fácilmente. Lo malo para los tísicos es que los primeros síntomas de la enfermedad son insignificantes. El enfermo tiene un poco de tos, que no le molesta mucho y esputa poco ó nada. Aunque en ocasiones aumente la tos, el enfermo se consuela con la idea de que sólo se trata de un catarro ligero, que desaparecerá como otras veces. Ni aun la pérdida de fuerzas y la debilidad general le alarman. «Este catarro—dice—es más persistente, pero aún puedo entregarme á mis ocupaciones». En este período de la enfermedad, ésta ha adelantado más de lo que creen los tísicos: la formación de la sangre es más lenta, los humores más escasos, las materias tuberculosas más cada día. Si entonces piden remedio, llegan demasiado tarde, y los que emplean no sirven á menudo más que para abreviar la existencia. Hago estas observaciones para que no se descuiden estas afecciones de mal carácter que, bajo el disfraz del catarro, llenan el mundo entero. En los casos de tuberculosis avanzadas, cuando la tisis ha hecho ya progresos—lo digo sinceramente á los enfermos—es inútil hacer aplicaciones de agua (1); la naturaleza no está ya para luchar con el agua fría. Sería tan insensato, como el enano que quisiera dominar por la fuerza á un hombre fuerte y corpulento. ¿Cuáles

(1) Numerosos experimentos han dado siempre el mismo resultado: se puede aliviar, pero no curar. La victoria pertenece en definitiva á la muerte.

son los síntomas de la tisis confirmada? Si el enfermo tose con frecuencia y la tos arranca esputos abundantes, si respira penosamente, si ha perdido el apetito... podéis afirmar que el sujeto está tísico. Pero mientras floten los esputos, mientras se mantengan en la superficie del agua—y es prueba que debe hacerse,—no hay motivo para desesperar. Si por el contrario se van al fondo, es que se acerca el desenlace fatal y que todo remedio es inútil. Sólo resta al enfermo acatar la voluntad de Dios y preparar tranquilamente su última hora.

Puedo afirmar, con el apoyo de toda una serie de casos de mi clínica, que el agua es, en los comienzos de la tisis, el primero y más seguro de los remedios. Refresca y reanima el cuerpo que empieza á debilitarse, obra como el aceite que se echa en las ruedas de una máquina; estimula la circulación de la sangre y despierta la actividad del perezoso organismo. Además, agita y remueve los humores infectados, como se remueven los granos de adormidera en una criba, y los elimina. Tened en cuenta, sin embargo, que no conviene empezar por aplicaciones hidroterápicas que desarrollen una acción resolutiva y eliminadora demasiado enérgica. Es preciso vigorizar el organismo, á fin de que la naturaleza adquiera fuerzas que le permitan expulsar por sí misma las materias morbosas. La prudencia aconseja, ante todo, no debilitar al enfermo, y no disminuir su calor natural, porque eso sería ayudar á la enfermedad. En estos casos convienen aplicaciones hidroterápicas muy cortas, que estimulen, que fortifiquen, que animen. Yo no me atrevería á emplear aplicaciones de las que se extienden á todo el cuer-

po, cuando los síntomas indican que la tisis adelanta.

Teniendo su asiento los tubérculos en la parte superior del cuerpo, la afusión superior es á todas luces conveniente, y á ella se añadirá la afusión á las rodillas, que no dure nunca más de medio minuto. En tiempo de calor, nada tan bueno como el paseo con los pies descalzos por la hierba mojada; fortifica mejor que otra aplicación cualquiera, y nunca puede ser perjudicial. El paseo sobre el piso mojado también es bueno: llama la sangre á las extremidades inferiores, acelera la circulación, y favorece así la formación de la sangre.

Digamos, también, algo de la alimentación más apropiada á los tísicos, á quienes se mortifica constantemente con la cantamusa de «comer bien y beber bien». La alimentación más sencilla es la mejor, la que mejor soportan los niños y más contribuye á su desarrollo; nada, pues, de excitantes, ni de especias. ni ácidos. He observado el hecho siguiente: la señal más segura de la existencia de la tisis, es que el enfermo prefiere los alimentos salados, echando sal en el pan y en la carne, y buscando con avidez los ácidos y las especias. Como alimento sano, recomiendo, ante todo, la leche, aunque no sola, porque acabaría por hacerse repugnante. Hay que variar, alternándola con la sopa de salud y los alimentos farináceos, preparados de la manera más sencilla, y sin refinamientos. La bebida más natural y que menos repugna, es siempre el agua, que algunas veces puede mezclarse con un poco de vino. También la leche cuajada presta buenos servicios; pero no se puede decir otro tanto del vino y de la cerveza.

Ultima observación: En el período más avanzado y supremo de la tisis sobrevienen fiebres violentas y grandes sudores, seguidos de calofríos. No hay medio de combatir con éxito estos síntomas; pero se puede aliviar al enfermo lavándole enérgicamente la espalda, el pecho y el vientre, después de los sudores, con agua fresca.

Una institutriz muy inteligente fué asistida mucho tiempo, sin resultado, por un médico célebre. Cuando ya no pudo trabajar, se le dió un permiso de nueve meses. Transcurrido este plazo, la enferma no se encontró mejor, y el médico le extendió un certificado en el que la calificaba de «incurable». Se creyó, por lo tanto, que le era imposible volver á prestar servicio. Algunos amigos le aconsejaron el tratamiento del agua fría, y ella, entonces, vino á instalarse en un pueblecito próximo á mi parroquia. Al principio, todo lo más que podía andar eran dos kilómetros, tan débil y extenuada estaba. Aceptó mis prescripciones, y se encontró restablecida en cuatro ó cinco semanas. Pidió volver á su puesto, y lo consiguió con grandísimo trabajo, porque nadie quería creer que se hubiese curado. Se presentó al ministro, que no supo que admirar más, si la excelente salud de la institutriz ó el certificado en que se la declaraba incurable. Hace seis meses que vive dedicada de nuevo á la enseñanza, gozando de la más perfecta salud y cumpliendo rigurosamente sus deberes. Nunca he podido averiguar qué enfermedad habían reconocido los médicos en esta enferma, si consunción ó tisis; pero todos los síntomas indicaban la presencia ó la proximidad de la tuberculosis. Su hermano había sido víctima de ella, y los

sufrimientos que ésta experimentaba eran, según decía, los mismos que habían anunciado el fin de su hermano. Llegó, pues, muy á tiempo para combatir el mal, y el agua lo ha combatido victoriosamente.

Tratamiento: Pasear mucho tiempo al aire libre, pasear frecuentemente con los pies descalzos sobre la hierba, mojada por el rocío de la mañana, y emplear toda clase de baños fríos; desde los más ligeros y débiles, hasta los últimos y más enérgicos. Al mismo tiempo tisanas y una alimentación sencilla y nutritiva.

Un hombre de buena posición social cuenta lo siguiente: Nunca he sido fuerte, ni puedo decir que he gozado jamás de buena salud. Sin embargo, pude terminar mis estudios y desempeñar mi puesto largo tiempo. La situación ha cambiado desde hace algunos años. Me miran de cierta manera, que para mí significa claramente: «éste no hará muchas navidades». La idea de la muerte no me abandona; y necesitaría estar ciego para no observar todos sus indicios. La frescura del cutis y mis fuerzas físicas han desaparecido. El apetito, ese barómetro infalible, demuestra claramente que la fuerza vital se va, que el resorte va á saltar. Ya me atormenta la disnea (respiración penosa), y una tos que impresiona tristemente á todo el mundo: dos signos precursores de la catástrofe. Los médicos declaran que estoy tísico. Me han desahuciado hace mucho tiempo; pero me aconsejan que vaya á Méran á disfrutar de la dulzura del clima. ¡Pobre diablo! me decía yo á mí mismo, te envían á morir al extranjero; ni siquiera te permiten morir en tu casa. En mis viajes á Méran oí

hablar de los resultados del tratamiento hidroterápico y pregunté si el agua podría ejercer su acción sobre una naturaleza tan debilitada como la mia. Podríais hacer la prueba, me dijeron. Los comienzos no fueron fáciles. Iba siempre muy abrigado, y, sin embargo, siempre tenía frío. Y hete aquí que me dicen: la camiseta de lana y la bufanda, á la que dáis dos vueltas alrededor del cuello, deben ser abandonadas poco á poco. ¿Qué va á ser de mí—pensé—cuando lleve un traje más á propósito para refrescar que para abrigar? A la idea del agua fría, se me ponía carne de gallina. Llegó la hora y comenzaron las aplicaciones de un modo prudente y moderado: es en realidad una cosa distinta de lo que se cree y lo que se dice. Cosa rara: á los dos días pude abandonar un traje de lana, sin que esto tuviera consecuencias desagradables; á los cinco días abandoné el segundo y á los seis ó siete días la bufanda. Las aplicaciones de agua provocaron un calor natural muy agradable que aumentó de día en día; mientras que la respiración penosa y la tos desaparecieron. Con la mejoría volvió el buen humor. Antes decían: ¿cuánto tiempo le quedará de vida? y ahora dicen: ¡cómo engorda! El tratamiento duró seis semanas. Contra lo que esperaban todos y con sorpresa de todos los que me habían visto y conocido en otro tiempo, en vez de tomar el camino del cementerio, volví á mi carrera y á una nueva vida. Di gracias á Dios por habernos concedido el agua, en la cual ha puesto tanta virtud curativa. Yo querría decir á todo el mundo: aprended á conocer el agua y sus resultados, y os evitaréis muchos disgustos en esta Peregrinación, cuyos deberes llenaréis más fácilmente

y más contentos, alcanzando así la recompensa en el otro mundo.

¿No es cierto, lector amigo, que deseas saber cómo me ha sido aplicada el agua? Como el pastor que á fuerza de lluvias endurece el cuerpo, así la parte superior de mi cuerpo se acostumbró á recibir dos afusiones diarias, no durando la irrigación al principio más que medio minuto, y más tarde un minuto entero. Diariamente también debía pasearme descalzo por la hierba húmeda ó por el piso regado. Yo creía, como creen todos, que estos procedimientos me acarrearían todas las enfermedades imaginables; pero no tardé en sentir con ellos un gran bienestar y en aficionarme en extremo á pasearme descalzo. Se acercaba el otoño, y en cuanto cayeron las primeras nieves, me apresuré á provecharlas como alfombra. ¿Os da calofrío el oirlo? Yo también lo sentí cuando por primera vez, y sin gran prisa, me quité los zapatos y los calcetines. ¡Ánimo! me dije: el que no se arriesga no pasa la mar. A instancias mías se me permitió repetir este ejercicio; y aseguro á los adversarios del agua, que jamás he sentido calor tan abundante y agradable, como el provocado por estos paseos sobre la nieve. Se siente un poco el frío en los pies; pero á los dos ó tres minutos se desarrolla un calor tan suave, que nadie piensa en la nieve. Al cabo de algunos días, llegué á prolongar estos paseos durante diez y aún quince minutos: los primeros sólo habían durado un minuto.

Estos paseos sobre la nieve son los que han aumentado mis fuerzas de un modo extraordinario, y disminuído la dificultad en la respiración. En cuanto al catarro, no se advertían ni aún vestigios de él. Si en

otro tiempo me hubieran contado estas cosas, las hubiera calificado de tontería, de locura, llevada hasta el suicidio. Entretanto continué con mi tratamiento por espacio de quince días. Después cesaron los paseos á pie descalzo y aumentó la intensidad de las afusiones superiores é inferiores, una ó dos al día. A las tres semanas próximamente, el organismo había entrado en caja; pero me quedé otras tres semanas, para que el restablecimiento fuese completo. En fin, en vez de ir á Méran á morirme, volví á mis lares á entregarme con entusiasmo juvenil á las ocupaciones de mi cargo.»

Véase ahora el relato de otro enfermo: «Noto que me falta algo en la garganta y en el pecho. Tuve primero un fuerte catarro y después perdí la voz casi por completo, mientras sentía en la garganta y en el pecho un gran escozor, acompañado alguna vez de fiebre. He consultado á muchos médicos, que me han prescrito infinidad de inhalaciones. Con ellas he sentido algún alivio, pero no me he curado. Al presente estoy esqueletado y hace tiempo que la debilidad no me permite trabajo alguno. Lo que ahora me conviene es el paseo, pero tengo los pies constantemente fríos. El apetito es mejor que otras veces.»

Tratamiento: 1) Todos los días, dos afusiones á las rodillas y paseo por el agua. 2) Afusión superior por mañana y tarde, todos los días. 3) Dos tacitas diarias de infusión de alholva. 4) Baño diario de asiento, de un minuto. Continuar así durante tres semanas.

5. Enfisema pulmonar.

Sucede con frecuencia, que hombres que están en la flor de la edad, experimentan dificultades en la respiración, y aun están expuestos á morir cruelmente por asfixia. Por regla general, son personas gruesas, y su género de vida contribuye tam bién á agravar su situación.

La causa primordial de esta enfermedad es, de ordinario, una debilidad general del organismo que, flácido, lánguido, perezoso y anémico, no hace buena sangre como el cuerpo la necesita. Estos cuerpos son comparables á una máquina cuyas ruedas engranan perfectamente, pero sin fuerzas para realizar el trabajo que se le exige. Otra de las causas de este mal, son casi siempre los gases que se acumulan en el vientre, que ejercen su influencia sobre los órganos de la parte superior del cuerpo, que toman en el padecimiento una importancia que parece la primordial, merced á la presión abdominal, que produce al cabo un malestar que alcanza á todas partes. Se puede combatir el mal expulsando los gases y endureciendo el cuerpo y fortificándole merced á una alimentación apropiada, sencilla y nutritiva. Una práctica de treinta años me ha enseñado que esta afección es la que mejor prepara el terreno al mal de Bright, debilitando el organismo que dicho mal acabará de hundir y de arruinar.

Un hombre de carnes regulares y de cerca de cuarenta años, sentía de vez en cuando tales accesos de disnea, que temía sucumbir á la repetición

del ataque; temor confirmado por el médico. La dificultad de la respiración era tan grande, que se le oía resollar en el piso inferior. Los dolores y la angustia aumentaban á veces en términos, que era cosa, como él decía, de tirarse á las paredes. La disnea le dejaba, después del ataque, tan débil, que su malestar era general. Pasada la crisis, experimentaba cierto alivio. Si el ataque tardaba en presentarse, era señal de que iba á ser más fuerte.

Nuestro hombre tenía horror al agua y no se decidió á buscar la curación por este medio, sino después de haber fracasado los demás. Empleó diversas aplicaciones durante seis semanas y la curación fué tan completa, que no se han repetido los ataques en los dieciséis años que viene gozando de buena salud. Su tratamiento fué el siguiente: Durante algunos días, tomó una tisana, que le produjo una evacuación lenta, poro abundante; en seguida empleó el fajamiento de medio cuerpo, las compresas superiores é inferiores, y, por último, los baños de medio cuerpo y baños completos de un minuto de duración. En los intervalos, la aplicación de la bata hidroterápica produjo excelentes resultados. Las aplicaciones fueron empleadas por este orden:

Al principio, el fajamiento de medio cuerpo, que empieza por expulsar los gases y disolver lo que les produce; después las compresas superiores é inferiores, que son una continuación de la aplicación primera y ejercen al mismo tiempo una acción confortante; en seguida la bata hidroterápica, elimina todo elemento morboso de la piel, y, por último, los baños de medio cuerpo que fortifican el organismo.

Otra persona padecía tal dificultad en la respiración, que los médicos diagnosticaron una hidropesía del corazón. Este enfermo no era grueso, aunque estaba bien alimentado, y, sin embargo, le costaba trabajo ímprobo subir una escalera. No tenía apetito, dormía con agitación y ésta no le abandonaba tampoco durante la vigilia. Había desempeñado en otro tiempo un cargo que exige andar bastante; después trabajó en una oficina; y esta vida tranquila y sedentaria le acarreó el mal estado de salud de que acabamos de hablar. La curación sólo exigió pocas y ligeras aplicaciones hidroterápicas, que aún le prestan buenos servicios cuando se ve amenazado de nuevo de la enfermedad. En los últimos doce años, la enfermedad ha intentado reproducirse varias veces, pero ha sido rechazada rápidamente. Al mismo tiempo que de las aplicaciones de agua, el paciente hizo uso de una infusión á la cual se aficionó por sus buenos efectos. Estos consisten en una evacuación regular y la expulsión de los gases del estómago; á la vez que le dispensa de muchas y enérgicas aplicaciones de agua, á las que teme todavía y para las cuales no siempre tiene tiempo. Esta infusion es el *registro regulador*; y las aplicaciones han sido las siguientes: 1) Cuando el ataque era poco intenso, bastaban tres compresas inferiores por semana y lavarse enérgicamente por las mañanas, al despertar, espalda, pecho y vientre. 2) Cuando el ataque era más fuerte se empleaban el fajamiento y el baño, ambos de medio cuerpo. A estas aplicaciones hay que añadir las abluciones hechas durante la noche, que siempre eran eficaces.

Es extraño, y para mí es asombroso, que se em-

pleen contra estos estados morbosos los recursos más violentos, y que por su violencia han de ser perjudiciales necesariamente (1). Con esos remedios tóxicos se trata, por su desgracia, á los pobres enfermos; cosa que no comprendo ni comprenderé nunca y que me obliga á violentarme para hablar de ello con calma.

Un cura fué atacado de congestión pulmonar muy intensa y el enfisema de los pulmones (dilatación de las vesículas, infiltración del aire en el tejido del pulmón), se había presentado consecutivamente. Venía tosiendo de tal modo, que daba pena oirle. Tenía aspecto muy enfermizo, poco apetito y gran disminución de fuerzas.

Empleó las aplicaciones siguientes, en dos semanas: 1) Todos los días dos afusiones superiores. 2) Dos paseos diarios por el agua de tres á cinco minutos de duración. 3) Tres veces por semana el chal. 4) Cada dos días un baño de asiento de un minuto.— Además bebió un cocimiento de alholav, preparado con miel, una cucharada cada hora.

¿Qué efecto produjo este tratamiento? Las afusiones fortificaron la parte superior del cuerpo. Al principio aumentó la tos, pero arrancó una masa de flemas. A los tres días disminuyeron la tos y los esputos, y á los doce días sólo quedaba un pequeño entorpecimiento, que desapareció completamente á beneficio de nuevas afusiones superiores y afusiones

(1) Tengo á la vista una carta en la que un enfermo se queja de haber tenido que tomar en sus diferentes enfermedades inmumerables venenos, cuya enumeración acompaña á la carta.

á las rodillas, y con el uso de la infusión de ortiga y llanten. Tres semanas después, el enfermo estaba en plena convalecencia.

6. Asma.

He aquí el relato de un enfermo: «Tengo cuarenta y seis años y padezco el asma desde hace veinte. Me he dirigido á varios médicos; pero me han declarado incurable y no me han prescrito más que calmantes, que no han dado resultado alguno. No tengo, pues, más remedio que sufrir resignadamente mi enfermedad hasta que Dios me libre de ella por medio de la muerte. En otro tiempo ha sido el mal muy doloroso. La dificultad de respirar era tan grande, que me obligaba á abrir ia ventana aún en pleno invierno y pasarme en ella noches enteras para no asfixiarme. Estos accesos duraban á veces muchos días seguidos, siendo inútil cuanto hacía para combatirlos. A esto se añadía la falta de apetito y de fuerzas y con ello la seguridad de que no viviría mucho tiempo. Por fin el cielo se apiadó de mí haciendo llegar á mis manos el libro MI CURA DE AGUA, que me salvó del naufragio. A los ocho días estaba curado. Cuesta trabajo creer que el agua puede reconstituir un organismo en tan poco tiempo. Las aplicaciones fueron: 1) Una afusión superior con otra á las rodillas y un paseo por el agua. 2) Afusión á la espalda y después en los muslos. 3) Un baño de asiento, afusión superior y baño de medio cuerpo. 4) Afusión superior, otra en la espalda y paseo por el agua. 5) Baño de medio cuerpo, afusión superior

y baño de asiento. 6) Baño general y afusión superior. 7) Afusión á los muslos y otra superior. Además paseaba descalzo por la hierba humedecida una ó dos horas todos los días. Estábamos en verano, y mi estado general mejoró rápidamente.»

Relato de un sacerdote: «Estoy bien constituído, siempre he sido fuerte y sano, y sin embargo, desde hace nueve meses tengo tantas mucosidades, que apenas puedo respirar; y cuando me da un acceso de tos y de asma, pienso que me ahogo. En otro tiempo tenía la voz excelente y sonora, ahora casi no se me oye. El ejercicio me es muy penoso. Los médicos me han diagnosticado, unos de catarro bronquial, otros de catarro pulmonar.»

Le prescribí: todos los días, tres y aun cuatro veces afusiones superiores; y dos veces al día paseo por el agua hasta por encima de las pantorrillas. Este tratamiento duró cuatro días. Después, diariamente, dos afusiones superiores, una dorsal, un baño de medio cuerpo y un paseo por el agua; y el chal tres veces por semana. Cinco días después dispuse un baño de medio cuerpo, una afusión dorsal, otra superior y otra á las rodillas, á diario. Al poco tiempo todo estaba vencido: el enfermo había arrojado una increible cantidad de flemas. De día en día tenía mejor aspecto, la respiración más fácil, la voz más clara, el humor más alegre. Lo que más había perjudicado á este hombre había sido el exceso de abrigo en el vestir y la falta de ejercicio.

XVI

ENFERMEDADES DEL CORAZÓN

En estos tiempos en que se hace vida tan agitada, hay infinidad de personas que padecen de los nervios, del estómago y del corazón. Estos órganos son las bestias de carga que todo lo sufren. Así un hombre que ha estado sano durante veinte ó treinta años, y que, como se dice vulgarmente, nunca ha sabido donde tenía el corazón, se encuentra de pronto enfermo, y quizás lo señalan como víctima de una lesión orgánica é incurable de esta víscera, ¡Pura palabrería! ¡Afirmaciones gratuitas! Mi práctica de muchos años, me ha demostrado muchas veces que la mayor parte de esas lesiones, que se suponen en las arterias, en las válvulas, etc., no existe. Según los médicos, de cada cien casos de lesión en este órgano, ó por lo menos tratadas como tales, eran poquísimos los que confirmaban el diagnóstico. El corazón estaba generalmente sano, pero sufría ciertas influencias que lo perturbaban accidentalmente. El gato más manso mayará si le aprietan la cola; el mejor reloj se parará si descolgamos las pe-

sas, y la flauta mejor construída quedará inútil, si se destruyen los agujeros ó se entorpecen las llaves. Del mismo modo se entorpece y se perturba el funcionamiento del corazón más sano, si un enemigo cualquiera, oculto en el organismo, le hace sentir su influencia. Hay que buscar á este enemigo, alejar ciertos obstáculos, y no quedará ni huella de la pretendida enfermedad del corazón. No puedo menos de enfadarme cuando oigo decir: ¡Una enfermedad del corazón! ¡Una lesión del corazón! Así se alarma á todo el mundo sin motivo, y se aumenta la excitación, ya existente, con otra nueva.

Un hombre que estaba en lo mejor de su edad, vino á verme, lamentándose de que, según decían los médicos, tenía una enfermedad del corazón, que consistía en que éste se dilataba demasiado. Me informé minuciosamente de si había estado enfermo alguna vez. Respondió negativamente á mis preguntas; pero después de un momento de reflexión, creyó deber confesarme que había padecido un exantema en una pierna por debajo de la corva. Esto me bastó. Su vigorosa naturaleza había abierto por sí misma un canal por donde expulsar los humores malsanos. Mi tarea se reducía á echar una mano, como se dice vulgarmente, al trabajo curativo de la naturaleza, y ayudarla á eliminar. Sobre el corazón no quise, por el contrario, ejercer acción ninguna. El mismo enfermo me hizo observar que, cuando se recrudecía la erupción, el corazón se sentía mejor; y en cambio, siempre que aquélla desaparecía en todo ó en parte, sobrevenían terribles palpitaciones. El asunto no podía ser más claro. El enfermo se aplicó

dos veces por semana, el fajamiento de medio cuerpo y una vez el fajamiento inferior, la bata hidroterápica y el baño de vapor en los pies. La bata hidroterápica ejerció una acción resolutiva y derivativa general, mientras que el fajamiento de medio cuerpo actuaba, sobre todo, en el vientre; el fajamiento inferior terminó la obra del de medio cuerpo, y el baño de vapor en los pies llamó enérgicamente, hacia las extremidades inferiores, los restos de los elementos morbosos. En tres semanas, evacuó el cuerpo gran cantidad de sustancias morbosas, y de la enfermedad del corazón no quedaban ni aun huellas. Ahora bien: si no había tal enfermedad del corazón, antes del tratamiento, como no la hay ahora, ¿no estoy autorizado para decir que no la ha habido nunca?

Cierta noche, á eso de las diez, me llamaron para que viese á una madre de familia á quien la dificultad en la respiración no permitía ni aun hablar. Las palpitaciones eran tan violentas, que los movimientos del corazón se notaban en las cubiertas del lecho y los latidos se oían á cierta distancia. La enferma sentía en el paladar un gusto azucarado y temía morir á consecuencia de un vómito de sangre, como había muerto su madre aquel mismo año. El médico decía que en la enferma existían varias enfermedades, la principal de las cuales era una afección del corazón. Las manos y los pies estaban siempre fríos y el prurito de la tos continuo.

Manos y pies fríos y palpitaciones muy fuertes ¿qué significan? Significan sencillamente que la sangre huye de las extremidades y se agolpa hacia su

foco principal, al corazón, y le violenta buscando una salida. De ahí las palpitaciones y esos golpes á manera de martillazos, con los cuales quisiera hacer saltar los cerrojos y violentar las puertas, es decir, las válvulas del corazón y las arterias. De seguro habréis observado la furia, el ruido y la violencia con que se abren paso las aguas que una lluvia torrencial deposita en el fondo de un barranco.

Las horribles palpitaciones de que era víctima aquella pobre mujer disminuyeron considerablemente en cinco minutos merced á las aplicaciones de un lienzo plegado dos veces y previamente mojado, al bajo vientre; esto produjo una revolución de la sangre, que es susceptible de dejarse conducir de la mano, como un niño. Las palpitaciones cesaron por fin á los diez minutos, dejando libre al corazón, donde se suponía la causa de la enfermedad. Posteriormente la enferma hizo uso, el primer día, de dos lociones completas, en la cama; el segundo día, de la bata hidroterápica; el tercero, de un baño de vapor en la cabeza, y el cuarto, de un baño de vapor en los pies: esta serie fué aplicada durante cierto tiempo. El vientre, que era el que más se resistía, había sido el más culpable y el instigador de aquella violenta crisis. Por fin el agua acabó por amansarle, y todo entró de nuevo en caja. Nunca, que yo sepa, le ha pasado nada al corazón de la enferma.

Un hombre de posición estaba enfermo desde hacía algunos años, y difícilmente podía atender á los deberes de su cargo. Una extraordinaria ansiedad aumentaba sus molestias; la cosa más insignificante le ocasionaba palpitaciones, agitación, inquietud;

su familia tomaba las mayores precauciones para darle cualquer noticia, en vista de que lo mismo la alegría que el sentimiento le perturbaban los latidos del corazón. En verano como en invierno, había que calentar las habitaciones y cuidar de que siempre estuviesen á la misma temperatura. Fueron consultados los médicos más célebres y convinieron en que el paciente, además de una enfermedad de los pulmones, otra del hígado y hemorroides, tenía una lesión orgánica del corazón, que determinaría probablemente un ataque de apoplejía. El sujeto murió efectivamente, y, por lo extraño de la afección se procedió á la autopsia. ¿Y qué se encontró? Que los pulmones, el hígado y el corazón estaban completamente sanos y que una capa de grasa se había acumulado alrededor del corazón y del pecho. De modo que el sujeto ha muerto, en realidad, de anemia: la sangre absorbida por la formación de los músculos y de la grasa, faltaba para el resto de la economía. Me lo contó un médico que fué testigo ocular del caso, añadiendo: «Es un caso más de los muchos en que se engaña la ciencia.»

Dice una joven: «Cada vez que ando de prisa, ó que me asusto, ó que tengo miedo, ó que oigo contar una desgracia, siento una fuerte opresión en el corazón y unos latidos tan fuertes, que creo que me voy á morir de repente. Las manos y los pies se me enfrían y en el corazón, por el contrario, siento un gran calor. Es lo que me han dicho dos médicos: que tengo una afección del corazón.»

¡Una afección del corazón! ¡Pues es claro! ¿Qué otra cosa había de ser?... Y sin embargo, la verdad

se manifestaba clara como la luz. Figuráos que está un chico sentado á la puerta de su casa, cuando acierta á pasar un perro, el niño grita, se levanta y se refugia asustado en el interior de la casa, exclamando: «¡Mamá, mamá!» Del mismo modo, cuando el pobre corazón se asusta por cualquier acontecimiento, grita á su modo, salta, palpita; la sangre abandona las puertas de la casa, que son las extremidades, y se precipita hacia el interior, ó sea el corazón, y este late entonces de tal modo, que se le puede oir á cierta distancia. ¿Qué hay en esto que deba alarmar á nadie? ¿Dónde está la enfermedad del corazón?

Esta joven debía empezar por desprenderse de la balumba de abrigos, dentro de los cuales vive asfixiándose, y después poner en práctica los procedimientos fáciles para endurecer el cuerpo. La sensible joven no se asustará entonces del ladrido de un gozque ni del silbido de la locomotora. Tres veces al día deberá meter en agua fría los pies y las piernas hasta por encima de las pantorrillas, por espacio de un minuto, y sumergir completamente los brazos otras tantas veces, también en agua fría: medios excelentes para fortificarse. Si la candorosa criatura encuentra demasiado fría el agua, puede calentarla con el aliento. *Probatum est.* Estas aplicaciones durarán una semana. Después podrá la enferma levantarse súbitamente durante la noche para lavarse todo el cuerpo, tres veces por semana; y una vez en el mismo tiempo darse un baño en agua fría, de medio minuto de duración, llegando el agua hasta debajo de los brazos, y lavándose enérgicamente el resto del cuerpo: tales son las aplicaciones de la

segunda semana. Durante la tercera y la cuarta, la enferma deberá aplicarse diariamente dos afusiones superiores é inferiores, y provocar en seguida el desarrollo del calor por medio del ejercicio ó del trabajo. Al cabo de seis semanas, la joven estaba curada y el agua había borrado hasta las huellas de la enfermedad.

Una señorita me da para su curación, los datos siguientes: «Yo he obtenido el número 1 en los exámenes para profesora de música, á cuya enseñanza me he dedicado por espacio de seis años en una casa de religión. Ahora me duele tanto la cabeza, que no puedo oir instrumento alguno, ni órgano, ni piano, ni violín; hasta el sonido de una campanilla me taladra los sesos. Los médicos dicen que mi mal está en los nervios y en el corazón. Si no estuviera enferma, me admitirían en el convento; pero me encuentro incapaz de ganarme la vida, y, sobre todo, sufriendo física y moralmente tormentos indecibles.»

Le respondí: «No puedo curaros; tenéis que buscar alivio á vuestros males en otra parte». Me preguntó por qué la desahuciaba con tal dureza, y le contesté: «Como habitante de la ciudad, entregada á las sublimidades de vuestro arte y á los conocimientos literarios y musicales, no me inspiráis confianza bastante para creer que haríais lo que yo prescribiera; por lo demás, aunque vuestro estado es deplorable, no me parece desesperado». Entonces, con acento resuelto, me dijo: «Con tal de recobrar la salud, haré cuanto me ordene.» La enferma cumplió su palabra. Estábamos en Marzo: la envié durante diez días con las criadas á que hiciera ejercicio en

los prados con los pies descalzos. Diariamente le hice tomar un pediluvio caliente y una afusión superior. A los seis días, en vez de los pediluvios le prescribí que se arrodillara en el agua, de modo que ésta llegare hasta el estómago. Para hacer ejercicio tomó en los de la labranza la parte que sus fuerzas consentían. A los diez días fué á ver á su bienhechor, al que debía el conocimiento de la verdad, y que le había aconsejado el tratamiento por medio del agua. En vez de tomar nuevamente el arco del violín y abrir los cuadernos de música, continuó los ejercicios hidroterápicos y manejó diestramente la azada, el rastrillo y la horquilla. A medida que se vigorizó el cuerpo y perdió su languidez, volvió la salud y desaparecieron las molestias del corazón y de los nervios. A los cuatro meses estaba curada; la salud y la frescura de otro tiempo habían reaparecido.

Un estudiante de Teología vino á consultarme. No se sentía bien, y los médicos opinaban que, entre otras cosas, tenía una enfermedad del corazón. Deseaba vivamente ordenarse; pero con aquellos dolores de cabeza, aquellas palpitaciones y aquellas angustias, había que renunciar á ello; todo lo que veía y oía, semejábale ilusión de sus sentidos.

Le aconsejé que endureciese el cuerpo por procedimientos racionales, lo que no podía serle difícil, teniendo, como tenía, buena constitución, dejando para más tarde elegir la carrera que más le conviniese. A las pocas semanas pudo volver á sus estudios; dos años después se ordenó de sacerdote, y pocos compañeros suyos gozan de tan buena salud como él. Por las mañanas se paseaba media hora so-

bre la hierba humedecida, y, á diario también, se metía en el agua hasta el estómago, lavándose la parte superior del cuerpo. Cuando la lluvia le impedía dar por el bosque su paseo favorito, se ejercitaba en trabajos ligeros. En lo sucesivo recurrió, para fortificarse, á abundantes afusiones superiores, una ó dos veces al día, alternando con baños de medio cuerpo. La cefalalgia y la cardialgia desaparecieron, y volvieron al mismo tiempo las fuerzas físicas.

XVII

ENFERMEDADES DEL ESTÓMAGO

¡Pobre estómago! ¡Todos te acusan! Después del corazón y de los nervios, tú tienes la culpa de todo.

De cien personas á quienes preguntéis si padecen del estómago, pocas serán las que os den una respuesta negativa. Y sin embargo, en la mayor parte de los casos, el estómago es tan inocente como un recién nacido, y está tan sano como el chico que sólo piensa en jugar.

1. Gastralgia.

Hace más de un año que Amelia devuelve los alimentos, y sólo retiene tres ó cuatro cucharadas de leche tibia cada día. Ha consultado con médicos de todas partes. Por último, el farmacéutico le dice que no hay un solo remedio que no haya tomado.

Subieron á la enferma á un carruaje, y me la trajeron, sin decirme nada. ¿Qué hacer? No es posible desengañar y despedir á los pobres enfermos. Aquella desdichada estaba muy flaca, el semblante mar-

chito, cortado el camino de su vida, á pique de naufragar. No tosía, lo cual era para mí de gran importancia; sólo tenía horribles dolores de estómago, y para el estómago solamente pedía remedio. Rogué á aquellas buenas gentes que se tranquilizaran y no se quejaran tanto del pobre estómago, que era de las entrañas más sanas que la enferma tenía, y que la falta debía de estar en otra parte. Unos se enfadaron y otros se rieron. La enferma debió dudar si yo estaba en mi juicio, y se dijo sin duda: ¡Con que vengo de tan lejos y con tan atroces dolores, para escuchar palabras tan duras é implacables de un sacerdote!

Todo esto me importaba poco. ¿En qué se fundaba mi diagnóstico? La enferma no tosía, pero el aire y los gases se escapaban de su boca. El estómago y el abdomen estaban llenos de gases hasta la replesión. En estas condiciones nadie puede vivir, ni aun el estómago más dócil y tolerante, porque se ve obligado de continuo á renunciar á su trabajo en todo ó en parte. Contribuía á aumentar el mal la circunstancia de estar la piel seca y suspendida la transpiración.

He aquí la serie de aplicaciones que le prescribí: Fajamiento inferior tibio, loción de la parte superior del cuerpo, fajamiento de medio cuerpo, loción completa, afusión á las rodillas (medio minuto), otra vez el fajamiento inferior, afusión superior, arrodillarse en el baño (medio minuto) llegando el agua al estómago, loción completa, compresa superior é inferior. La enferma empleó cada doce horas una de estas aplicaciones, por el orden indicado, y además, paseó por el piso mojado varias veces al día.

Con el fajamiento inferior tibio, he tratado de desarrollar el calor en la piel, humedecerla y ablandarla, y después actuar sobre el abdomen, con las lociones completas y otras aplicaciones. He conseguido mi objeto: el aire y los gases salieron por las vías naturales; la transpiración, función natural de la piel, se restableció; limpio de gases el estómago, volvió el apetito; la sangre y los humores aumentaron. La enferma recobró la salud en cinco semanas.

Rosa padecía del estómago desde hacía algunos años y violentos calambres de dicha entraña desde hacía algunos meses. Tenía que guardar cama muy á menudo; y aunque podía levantarse, le costaba un trabajo ímprobo la más insignificante tarea. Varios médicos le habían dicho que fuera del estómago, que estaba muy enfermo, no tenía lesión alguna. Ha tomado infinidad de medicamentos, sólidos y líquidos, polvos y píldoras, y algunas preparaciones sobrado enérgicas. Su aspecto denunciaba grandes sufrimientos: las facciones atirantadas, la tez pálida, el cuerpo sólo huesos y pellejo; el vientre—para completar la *facies* de la enfermedad—extraordinariamente hinchado; y tan sensible, que los mismos vestidos le hacían daño. Ha tenido vómitos frecuentes; y las manos y los pies estaban generalmente fríos como el hielo.

Mi diagnóstico fué el mismo que en el caso anterior. La pobre muchacha se había echado á perder el vientre pasando súbitamente y con frecuencia del calor al frío; de la temperatura del fogón á la de la mesa, sin saber cómo guardarse de aquellas influen-

cias perniciosas, cuyos malos efectos adivinó bien pronto. No quería consultar con nadie, porque ninguno le inspiraba confianza, y aguantó cuanto le fué posible; pero al fin, la presión del abdomen fué tal, que el apretado estómago no podía retener los alimentos. A las aplicaciones generales, que tenían por objeto estimular el cuerpo entero, hube de añadir aplicaciones especiales para el abdomen (no para el estómago), á fin de resolver y eliminar lo que en él se había acumulado; sobre todo los gases. He aquí el orden de las aplicaciones, una cada día: bata hidroterápica (aplicación general); fomento de flores de heno cocidas, aplicado al vientre (dos horas todos los días); fajamiento de medio cuerpo (disolvente y eliminador); compresa superior é inferior, dos lociones completas frías por la noche (dejando el lecho); y, por último, otra vez la bata hidroterápica.

Como aplicaciones secundarias, son convenientes el paseo sobre el piso regado ó por la hierba húmeda, y alguna vez la afusión á las rodillas.—Cuatro semanas después hubo bastante con aplicar cada dos días la bata hidroterápica, alternando con el fajamiento de medio cuerpo, y también el pasear descalzo, como queda dicho.—Rosa quedó curada y goza desde entonces de buena salud. Hace poco tiempo la encontré casualmente y me dijo: «Nunca he tenido tan buena salud como ahora.»

Federico había empezado por tener eructos ácidos y después devolvía los alimentos. No hubo remedio que le aliviara, y el médico diagnosticó la enfermedad de escirro, con obstrucción del píloro.

El paciente no tenía mal aspecto, aunque sus fac-

ciones estaban bastante ajadas y la tez algo amarilla. «El estómago—me dijo—devuelve mucho aire; el flato me pone el vientre como un tambor, y después se me presenta periódicamente una jaqueca violenta.»

Y aquí nos encontramos de nuevo frente á la falta de actividad de las regiones inferiores, la atonía de los intestinos. De ahí la irregularidad de las deposiciones, el acúmulo de los gases y la presión ejercida sobre el estómago y en la cabeza. El enfermo tuvo que aplicarse al vientre, por espacio de diez días seguidos, un lienzo empapado en una mezcla de agua y vinagre, teniéndolo puesto dos horas; tomar todos los días unos pediluvios calientes con sal y ceniza, y locionarse dos veces todas las noches con agua fría.

A los seis días se observó que el estado general había mejorado. Desde el décimo día, el enfermo empleó el fajamiento de medio cuerpo dos veces por semana, una vez la bata hidroterápica y cada dos días los pediluvios con sal y ceniza. En la tercera receta prescribí, para las dos últimas semanas, tres afusiones superiores é inferiores y dos baños de medio cuerpo (hasta la altura del estómago) por semana. En seis quedó el enfermo completamente curado.

Otro caso: «Tengo hace mucho tiempo una induración dolorosa del estómago. Se me hincha extraordinariamente, vomito alguna vez, y siempre con grandes dolores. Casi siempre tengo los pies muy doloridos y observo en ellos movimientos convulsivos: los labios blancos, el cuerpo cada día más flaco.

He consultado con varios médicos, pero no me han prescrito más que purgas, que me han enflaquecido más.»

Tratamiento: 1) Aplicar por espacio de una hora las flores de heno cocidas al vientre, tres veces por semana. 2) Cada dos noches dejar el lecho, lavarse completamente, y acostarse sin enjugarse. 3) Tomar todas las mañanas veinticinco gotas de ajenjo y al medio día otras veinticinco de escaramujo.

Podría citar infinidad de casos análogos, pero deben bastar los expuestos. Sin embargo, haré constar que si la enfermedad no cede, si la presión continua y, acompañada de inflamación gástrica, no desaparece, entonces se forman en el estómago esos peligrosos y funestos abscesos que degeneran de ordinario en cáncer. Pero aun en este caso puede haber errores é ilusiones.

En apoyo de esto citaré un solo ejemplo. Un día vinieron á decirme: «Un pariente nuestro padece, según dicen los médicos, un cáncer del estómago bien marcado. Se desea que nos diga usted solamente las medidas profilácticas que debemos tomar para evitar el contagio.» Indiqué las reglas y precauciones que se me pedían, y al mismo tiempo los remedios, que curaron al enfermo en cuatro semanas, obligando al cáncer á batirse un retirada. Estos remedios eran la tisana de hierba de San Juan, ajenjo y salvia, y el uso del fajamiento de medio cuerpo, alternando con los pediluvios.

2. Acedía.

Me dice Crescencia: «Tengo cuarenta y cinco años y casi todos los días sufro fuertes dolores de estómago. Si alguna vez me veo libre del mal, no es por mucho tiempo. Con frecuencia tengo eructos agrios y amargos, y me es imposible entrar en calor; cuanto más fuertes los eructos, mayor es el frío.»

El aspecto de esta enferma denotaba sus sufrimientos; muy flaca, muy ajada la fisonomía; el frío parecía haber arrojado de aquel cuerpo hasta el último resto de calor. La anemia era marcadísima, como consecuencia, sin duda, de malas digestiones.

Tratamiento: Se mezclan flores de heno con agua hirviendo, y envueltas en un lienzo ó metidas en un saquito, se aplican al vientre y al epigastrio, tan calientes como sea posible, sujetándolas al cuerpo con otro lienzo y teniéndolas así hora y media. Repetir esta operación tres días seguidos. Tomar todas las noches un pediluvio caliente con sal y ceniza (catorce minutos) por espacio de tres días, después cada tres ó cuatro días y cada semana tres ó cuatro lociones de noche, dejando el lecho y volviendo á él en seguida. Tomar después cuatro ó seis cucharadas diarias de infusión de ajenjo, y continuar así durante dos semanas. Pasado este tratamiento, podéis calentaros con un pediluvio, una loción de noche ó un baño de medio cuerpo por semana.

Cuenta un obrero que trabaja en porcelana: «Experimento congestiones y eructos mucho después de las comidas, particularmente á las dos horas,

continuando toda la tarde de cinco en cinco minutos; las deposiciones son poco abundantes, la atonía de los intestinos completa y mucho sudor de los pies (olor fétido): este es mi estado desde hace cinco ó seis años. He empleado varios medios, pero sin resultado.» El aspecto de este sujeto denotaba una enfermedad grave; los bordes de los párpados estaban grises y azules, había falta de sangre, poco calor natural, mala digestión y, por lo tanto, nutrición defectuosa de la sangre y del organismo.—¿Cómo tratar este caso?

Ordené el tratamiento siguiente: 1) Disolver las sustancias morbosas. 2) Aumentar el calor interno. 3) Provocar una digestión más perfecta, para mejorar la sangre y los humores é imprimir á toda la máquina una marcha regular. Porque este organismo podía ser comparado á una máquina, perfectamente engrasada, pero cuyos elementos constitutivos eran malos, lo cual hacía preciso purgar y limpiar la máquina toda. Así, pues, las sustancias morbosas de los pies fueron disueltas y eliminadas á beneficio de pediluvios, repetidos de tres á cinco veces, hasta que el sudor de aquéllos desapareció; las lociones produjeron una transpiración general, y aumentaron de este modo el calor natural; los órganos fueron estimulados y fortificados por la afusión superior é inferior. Por espacio de diez días se emplearon dos de estas aplicacaciones en cada veinticuatro horas.

En la segunda receta se prescribió para los diez días siguientes la loción completa, la compresa superior é inferior, ponerse de rodillas en el baño, y la afusión dorsal.

La tercera receta marcaba baños de medio cuerpo y lociones completas.

Al cabo de tres ó cuatro semanas, se había repuesto aquel organismo. Sin embargo, para mantenerle mejor y rehacerle por completo, fué preciso recurrir todavía á algunas aplicaciones cada semana, tales como la loción completa ó la afusión superior é inferior.

Una mujer de sesenta años experimenta vivo ardor en el estómago; tiene eructos y vómitos; con frecuencia se ve atacada por fiebre que eleva poco la temperatura, y algunas veces sudor abundante. Durante algunas semanas, el mal aumenta, á despecho de los remedios empleados para combatirlo. He aquí la receta que producirá mejores resultados: 1) Dos veces todos los días, veinte gotas de ajenjo en una tacita de agua bien caliente. 2) Además, todos los días una compresa inferior caliente, mantenida durante una hora. 3) Cada dos días, un lienzo plegado, empapado en agua caliente y aplicado por espacio de una hora sobre el abdomen; por último 4) Cada dos días un pediluvio caliente con sal y ceniza que dure catorce minutos.

Una señora de cuarenta años se quejaba de grandes dolores de estómago y en el vientre, inapetencia, eructos ácidos y debilidad. Además, las manos y los pies estaban casi siempre fríos.

Tratamiento: 1) Por mañana y tarde frotar enérgicamente el pecho y el vientre con un líquido mitad agua y mitad vinagre. 2) Tragar todos los días seis ú ocho granos de enebro. 3) Locionarse comple-

tamente tres veces por semana, dejando el lecho y volviendo á él sin enjugarse.

La enferma se curó en quince días. Para afirmar la salud, hubo de continuar por bastante tiempo con la loción completa, una vez por semana.

3. Catarro gástrico.

Una mujer de cuarenta años vino quejándose en estos términos: «Tengo siempre dolores más ó menos fuertes en el lado izquierdo, por debajo de las costillas: algunas veces son insoportables. También experimento dificultad de orinar, y hasta imposibilidad de ello en ocasiones: aunque de vez en cuando hay alguna mejoría, siempre sufro mucho; tanto, que ya he deseado la muerte. Además, estoy extraordinariamente hinchada y tengo el cuello tan grueso y abotagado, que casi no puedo hablar. He tomado muchas medicinas y empleado otros remedios que me han aliviado alguna vez; pero no han impedido que vuelva el mal de nuevo».

Esta pobre mujer se curó de sus dolencias en cuatro semanas, por medio de las aplicaciones siguientes:

Primero. Durante los primeros doce días: *a*) Poner flores de heno (abiertas en agua hirviendo) en un lienzo y aplicarlo, aún caliente, al vientre y al epigastrio por espacio de hora y media; cuatro veces por semana. *b*) Lavarse de noche (dejando el lecho y metiéndose en él en seguida), con agua de sal, por espacio de un minuto, tres veces por semana. *c*) Beber todos los días una taza de infusión hecha con

veinte granos de enebro machacados y un poco de cola de caballo, que haya cocido diez minutos y repartida en tres tomas, en el espacio del día.

Segundo. Pasados estos doce primeros días, emplear durante tres semanas: *a*) Una vez á la semana. la aplicación de flores de heno. *b*) Tres veces por semana, loción completa por la noche. *c*) Dos veces por semana, un baño de medio cuerpo que dure medio minuto. *d*) Continuar tomando la infusión como antes. Para conservar la salud en lo sucesivo bastó con dos baños de medio cuerpo á la semana.

Otro caso referente á una madre de familia: «Tengo siempre dolores en el vientre, que se me hincha á menudo; y cuando son muy fuertes, siento opresión en el estómago y acideces que alguna vez me hacen vomitar cuanto he comido. Siento pesadez en la cabeza y vértigos frecuentes. Hay épocas en que orino cada media hora, y otras en que apenas lo hago una vez al día. Tres médicos me han asegurado que esto es un catarro gástrico.»

Esta enferma fué curada en el espacio de cuatro semanas: durante la primera no recibió más que dos afusiones superiores diarias y otras dos á las rodillas, y también una taza de infusión de granos de enebro y cola de caballo. Durante la segunda semana, una infusión superior y otra á las rodillas todos los días y dos fajamientos hasta los sobacos. Durante la tercera semana, una vez la bata hidroterápica, tres baños de asiento y uno de medio cuerpo. Por último, durante la cuarta semana, baños de medio cuerpo, tres veces la bata hidroterápica y un paseo diario por el agua.

4. Calambres del estómago.

El señor N. ha sufrido frecuentes enfriamientos, que le han originado dolores de vientre, y como consecuencia desarrollo de gases y á menudo vómitos. Si con el vómito se escapaba gran cantidad de gases, se sentía mejor y aumentaba el apetito. Pero el mal acabó por aumentarse más y más, presentándose después de cada comida y alcanzando un grado tal de intensidad, que le hacía intolerable. Las manos y los pies estaban fríos como el hielo, y el cuerpo todo experimentaba alguna vez el calofrío.

En estos casos el estómago es por lo común inocente, y sólo la presión violenta de los gases es la que produce las náuseas y los vómitos. Estos últimos alivian por muy poco tiempo. El mal no desaparece hasta que se ha restablecido en todo el cuerpo una transpiración igual y el curso regular de la sangre.

Obtuve este resultado locionando tres veces al enfermo, el primer día, sin que saliera del lecho y con agua bien caliente mezclada con vinagre, y envolviéndole bien sin enjugarle. Al segundo día se hizo esta operación dos veces, y en adelante una vez al día. Este procedimiento es eficaz siempre que á consecuencia de un enfriamiento se presenta fiebre acompañada de eructos y vómitos.

Fuí llamado para ver á una enferma que estaba en cama presa de un temblor general, y cuyas convulsiones tan pronto la levantaban en alto como la arrojaban y la sacudían de un lado para otro. No

podía hablar; pero su madre me contó lo siguiente:

«Mi hija padece constantemente de un dolor de cabeza horrible, opresión violenta en el pecho y en la región del estómago. Sus manos y sus pies están siempre helados y humedecidos por un sudor pegajoso. Se casó hace nueve meses; las diez primeras semanas se mantuvo bien; después comenzó á iniciarse poco á poco el mal, hasta llegar á este grado de exacerbación. No puede comer nada; á lo más, algunas cucharadas de caldo ó de café; cuanto le han propinado los médicos, hasta las inyecciones y los calmantes para provocar el sueño, no ha servido más que para empeorarla.»

Aconsejé á esta enferma: dos pediluvios diarios en agua fría que pasase de las pantorrillas, y lavar además los pies con la esponja ó la toalla; inmediatamente después sumergir en agua fría las manos y los brazos, hasta los hombros, durante un minuto, y lavar además las manos. Luego, manos y pies debían ser cubiertos con las ropas calientes de la cama. Por mañana y tarde debería tomar doce gotas de esencia de manzanilla (véase la segunda parte, *farmacia*) en seis ú ocho cucharadas de agua caliente. Como alimento, tres ó cuatro cucharadas de leche ó café de cebada germinada de vez en cuando, siendo preferible tomar ambas cosas alternadas.

A los doce días la enferma se había repuesto en términos que despertaba su apetito la alimentación ordinaria; los calambres habían desaparecido, la opresión del pecho y del estómago también, la cefalalgia no se presentaba, y las manos y los pies estaban calientes.

Ulteriormente empleó las siguientes aplicaciones:

Cada dos días, inmersión de los pies en agua fría, como se ha dicho; dos veces por semana un baño de pies caliente, con sal y ceniza, que dure catorce minutos, y una vez por semana levantarse de noche para locionarse completamente y volver al lecho en seguida. En vez de las gotas de manzanilla tomó la esencia de ajenjo y de salvia, cada vez diez ó doce gotas en agua caliente. La enferma se encontró tan repuesta que pudo ir otra vez á la iglesia y volver á sus ocupaciones domésticas. Para restablecerse por completo y fortificarse más, le bastó una loción fría por semana; pero se podrían remplazar ventajosamente estas lociones por baños de medio cuerpo.

XVIII

ENFERMEDADES DE LOS INTESTINOS

Y SUS ACCESORIOS

Pasando revista á los estados morbosos que pueden tener asiento en los intestinos, enumeraremos primero los que afectan á las diferentes porciones del tubo intestinal, y después los que atacan simultáneamente á varias partes ó á la totalidad del aparato. Citaremos, pues, los *cólicos*, la *diarrea*, la *constipación*, la *disentería*, las *hemorroides*, la *fiebre mucosa*, el *tífus*, los *vermes intestinales*, la *hernia*...

1. Cólicos.

Los cólicos, llamados también enteralgias ó dolores intestinales, provienen de causas muy diversas, y á menudo van acompañados de diarrea ó de vómitos. Se manifiestan á veces súbitamente, sin que se descubra la causa ni la ocasión. Puede haber sido un enfriamiento, un acaloramiento, ó bien un

alimento ó una bebida que ha jugado esta trastada á la naturaleza. Hay que acostar en seguida al enfermo, aplicarle al vientre un lienzo caliente; si es preciso un calentador (1) y cubrirle bien con las ropas (sin que le molesten tampoco demasiado) á fin de que no llegue el aire. Como calmante, un cuartillo de leche, en la cual se haya hecho cocer hinojo ó comino. Este sencillo remedio doméstico será suficiente.

En punto á los alimentos y bebidas, recomiendo, mientras dure la enfermedad, una alimentación sencilla con poca sal y pocas especias, fácil de digerir: para bebida el agua pura ó mezclada con leche ó vino.

Un administrador me cuenta lo siguiente: «Hace años que padezco del vientre, algunas veces de un modo insoportable, y tengo cólicos frecuentes. Desde hace mucho tiempo no puedo comer nada sin experimentar fuertes dolores, siempre seguidos de diarrea. He tomado infinidad de medicinas, pero me han aliviado poco, y á lo sumo por poco tiempo.»

La cara de este hombre, que estaba en lo mejor de su edad, era enfermiza, la tez pálida, la vista turbada. ¿Cómo se le debía curar? El enfermo tomó: 1) Tres baños de asiento por semana. 2) Por mañana y tarde una ablución vigorosa del pecho y del vientre con agua y vinagre. 3) Un baño de medio cuerpo por semana, de un minuto de duración.

(1) También se puede hacer uso de un ladrillo rodeado con un lienzo ó un pedazo de muletón. Lo mismo se puede emplear un tarro de los de agua mineral: se llena de agua caliente y se tendrá así un excelente calentador.

4) Dos veces al día, doce gotas de ajenjo en agua caliente para uso interno.

En cuatro semanas se encontró libre el pobre hombre de su enfermedad.

2. Diarrea.

Hay personas que se encuentran atacadas de diarrea, sin que sepan á qué atribuirla. Esta afección puede presentarse con regularidad en épocas precisas una ó dos veces al año, ó bien irregularmente, sin que se altere la salud ni antes ni después. La diarrea regular y periódica, significa que la vigorosa naturaleza expulsa por sí misma el exceso de materiales acumulados. El trabajo de la máquina de vapor no inspira inquietud alguna cuando la caldera está provista de una válvula de seguridad. Así también podemos estar tranquilos cuando la naturaleza, semejante á la caldera de la máquina de vapor, arroja por sí misma lo superfluo y malsano.

Nada tengo que prescribir contra esta diarrea; por el contrario, os recomiendo que no hagáis nada por combatirla. Por lo común, estas evacuaciones se presentan en otoño ó en primavera, y creo que el aire y la temperatura tienen mucha parte en ello (1).

(1) Si se leen los periódicos en primavera ó en otoño, se verá cuán importante papel juegan las píldoras laxantes y las hierbas depurativas en las citadas estaciones. Nunca aconsejaré semejante cosa. El que tenga empeño en medicinarse (hay gentes aficionadísimas á la botica), no necesita más que tomar, el día que quiera, una cucharada de agua fresca de media en media hora, por espacio de cinco ó seis. Esto ayuda á la naturaleza; otra cosa puede ser perjudicial.

En cuanto á las diarreas irregulares, acompañadas ó no de dolores, hay que tener con ellas más cuidado. Son avisos por los cuales quedamos advertidos de que se han acumulado en el cuerpo elementos morbosos que pueden perjudicar, si no son expulsados. La experiencia nos enseña, efectivamente, que los individuos en que tal síntoma se presenta, tienen dañado tal ó cual órgano y mueren generalmente muy pronto, ó por lo menos no alcanzan una edad avanzada. La diarrea es con frecuencia signo precursor de enfermedades graves. Para la curación es necesario, ante todo, actuar sobre el vientre, alternando siempre con aplicaciones generales. Nunca es bueno cortar bruscamente la diarrea; las materias pútridas deben ser alejadas poco á poco, y hay también que fortificar los órganos interiores de tal modo, que no vuelvan á producir elementos morbosos, ó que los elimine en tiempo marcado.

Para uso interno es preciso emplear la infusión de ajenjo con la de salvia, la de centáurea con salvia, ó la de hierba de San Juan con hipéricon, á la dosis de una ó dos tacitas diarias. Todos estos remedios tienen por objeto favorecer la digestión y entretener el jugo gástrico, conteniendo al mismo tiempo sustancias nutritivas.

Si la diarrea es muy extensa y tenaz, habrá que tomar dos veces al día media cucharada de tintura de arándano en agua caliente. Como aplicaciones hidroterápicas, basta al principio aplicar tres ó cuatro compresas por semana sobre el vientre, dejándolas hora y media (para lo cual se pliega un lienzo en cuatro dobleces, se empapa en agua con vinagre ó en un cocimiento de ramas de pino, y se aplica al

vientre), y después un fajamiento de medio cuerpo por semana, continuando este tratamiento durante quince días. Pasado este tiempo, y con objeto de vigorizarse, se pueden tomar uno ó dos baños de medio cuerpo cada semana, haciéndolo por la noche, después de haberse acostado. Estas aplicaciones duran tres ó cuatro semanas. Si después se tiene la constancia de no dejar transcurrir una semana, sin tomar al menos una loción completa ó un baño de medio cuerpo en agua fría, con loción de la parte superior del cuerpo, el organismo entero se fortifica de día en día, y el estado anormal que hemos descrito desaparece, á menos que esté sostenido por causas profundas.

Un hombre de cuarenta y ocho años viene á decirme: «Sufro continuamente de cierto desarreglo. Hoy, por efecto del viaje, he hecho siete deposiciones: en casa no son menos de seis diarias, y hace nueve meses que estoy en este estado.»

El aspecto de este hombre no era enfermizo; no estaba ni flaco ni gordo; tenía frescura en la tez y buen color. Tratamiento: 1) afusión superior por mañana y tarde. 2) Paseo por el agua por la mañana, y afusión á las rodillas por la tarde. 3) Seis ú ocho bayas de enebro todos los días.

Al cabo de cinco, cesó el trastorno y se regularizaron las deposiciones. Alguien extrañará este tratamiento, completamente distinto del empleado en otros casos de diarrea. Es porque en este sujeto, fuerte y saludable, y de ojos límpidos y claros, la naturaleza estaba en buen estado. Si se auxilia á una de estas naturalezas, desarrollando el calórico

por medio de las aplicaciones de agua, ella se bastará para suprimir por sí misma la diarrea, confirmando así el proverbio alemán, que dice: *Un buen tabernero se basta para echar á los borrachos á la calle.*

Como aplicaciones ulteriores, dos ó tres baños de medio cuerpo por semana, ó bien dos ó tres afusiones superiores, con afusión á las rodillas.

Otro sujeto de cuarenta y ocho años me contó lo siguiente: «Desde hace mucho tiempo tengo perturbada la salud, por lo que indica el desarreglo de esas funciones. Ya me he sujetado á diversos tratamientos, he consultado á muchos médicos y he usado multitud de remedios caseros y diferentes aguas minerales: todo inútil. La diarrea es particularmente considerable cuando bebo agua, vino ó cerveza. Los alimentos muy secos me sientan mejor. Como todo lo devuelvo pronto y mal digerido, nunca tengo fuerzas, y aunque no estoy muy delgado, mis músculos están muy flojos.»

Tratamiento: Primera semana: 1) Diariamente, dos afusiones superiores: 2) Todos los días, andar por el agua; y 3) afusión de las rodillas.

Segunda semana: un día, afusión superior y andar por el agua; al otro, medio baño.

Después de estas dos semanas, el enfermo se sentía más fuerte y experimentaba una mejoría considerable, pero persistía la diarrea.

Tercera semana: 1) Aplicación diaria sobre el bajo vientre, durante hora y media ó dos horas, de un lienzo hecho cuatro dobleces y mojado en agua mezclada con vinagre. 2) Un día, afusión superior y afu-

sión de los muslos. 3) Al otro día, medio baño y afusión superior.

La tercera semana produjo una modificación completa en las evacuaciones.

Cuarta semana: 1) Todos los días, medio baño. 2) Cada dos días aplicación de un lienzo, como en la semana anterior.

En el porvenir, para recobrar y conservar la salud y las fuerzas, basta emplear todas las semanas dos medios baños y diez ó doce veces la aplicación del lienzo mojado, como antes.

Para uso interno se recurre á las gotas de ajenjo, alternando con bayas de enebro.

Acaso preguntaréis por qué seguí precisamente esta serie de aplicaciones. Os contestaré que las aplicaciones de la primera semana tenían por objeto fortificar el cuerpo por arriba y por abajo; las de la segunda fortificaron el cuerpo en general y los órganos interiores; las de la tercera ejercieron principalmente una acción corroborativa sobre el estómago y los intestinos.

De esta manera mejoró todo el cuerpo. Las aplicaciones de la cuarta semana comprendieron el organismo en todas sus partes. Esta distribución fué feliz para el presente caso. Lo tomado para uso interno sirvió, ya para favorecer la digestión, ya para fortificar los órganos.

3. Estreñimiento.

Si hay gentes que tienen que quejarse con frecuencia de diarreas, hay más todavía que padecen de estreñimiento (rareza y dureza de las evacuaciones alvinas). Creen, por consiguiente, que deben medicinarse; pero esta medicina, que sin duda mantiene la libertad del vientre, acaba casi siempre por perjudicar. Se puede decir: cuanto más tomáis una medicina de este género, más padece vuestro organismo. ¿Quién podría enumerar todos los medios laxantes, destinados á combatir el estreñimiento? He conocido un cirujano de aldea que en toda la comarca tenía reputación de purgar muy bien á las gentes. ¿Y qué hacía? La mayoría de las veces tomaba excremento de pato, y fabricaba con él una infusión que servía á sus honrados clientes. Podría contaros aún otras historias, si lo desearais. *Mundus vult decipi!* El mundo quiere ser engañado! ¿Acaso no hay gentes sencillas y campesinos que son llevados así por el ronzal? No lo son menos las personas de posición, pero se hace de otro modo. ¡Cuántas botellas de agua mineral se beben todos los días! Y estas aguas producen, en efecto, evacuaciones copiosas. Un día llegó á mí un enfermo, que me trajo una cantidad considerable de mercurio que había encontrado en las materias fecales. Se lo habían administrado para provocar una evacuación. ¡Cuántas píldoras Morisson no se tragaban antes, y cuántos hombres encontraron así una muerte prematura! Apenas hay enfermedad cuyo tratamiento sea tan

variado como en el caso de estreñimiento. ¿Y cuál es el resultado ordinario de todos esos ensayos y tanteos, unos más desgraciados que otros? Y es que cuanto más se sigue tomando un medicamento purgante, más empeora la enfermedad, y al fin no se puede ir más al retrete, á menos de haber tomado medicina. Así, anoche mismo vino un enfermo, abandonado por los hombres de la profesión: le es imposible dejar pasar un solo día sin haber tomado una lavativa ó un remedio drástico cualquiera para tener la más pequeña evacuación. ¡He aquí el efecto de todos esos desdichados remedios! ¡Y nuestro hombre no tiene todavía cuarenta años!

La ciencia médica de nuestra época ha hecho un gran progreso condenando todos esos remedios violentos, y muchos médicos—hay que decirlo en su elogio—han analizado químicamente centenares de recetas misteriosas, y han puesto al descubierto el fraude de los charlatanes. De todos modos, aún sigue deslizándose el espectro de los arcanos en muchas familias, y causando en ellas un mal inmenso (1).

Si se está estreñido, no es sólo el estómago ó cualquier otro órgano el que sufre: casi siempre está enfermo el organismo entero. Tengo la firme convicción, convicción formada por un gran número de hechos reales, que también para esta enfermedad es el agua el remedio más seguro y el más inofensivo que sea posible encontrar en este bajo mundo. Produce

(1) Muchos almanaques, revistas y periódicos han publicado, en los últimos años, nomenclaturas de remedios misteriosos, para prevenir al público. ¡Cuántas veces se ha estigmatizado muchas de estas malas drogas que cuestan muy caro á los engañados compradores! Más de uno ha perdido con ellas la salud.

efecto si se le deja obrar en el exterior y en el interior.

Una de las primeras preguntas que dirige el médico á los enfermos, se refiere á la libertad del vientre. Si las evacuaciones son regulares, ésta es la primera señal de salud; si son irregulares, se anuncia una enfermedad. Si no se pone remedio á la supresión de las evacuaciones, en este estado de estreñimiento habitual se irá, tarde ó temprano, á una grave enfermedad, acaso á una muerte prematura.

Si en verano no llueve en un largo espacio de tiempo, la tierra se seca. Si en el organismo no son convenientemente elaborados y distribuídos los líquidos, entonces faltará la humedad necesaria á tal ó cual parte del cuerpo, y se producirá calor, como una sequía, cuyas consecuencias son inevitables.

Hace ya muchos años que se trataba de curar este estado enfermizo por una cura de agua. Pero ¿qué cura? He conocido yo mismo á gentes que bebían diariamente tres, cuatro y hasta seis litros de agua. ¿Era bueno esto? Esto se llama abusar de las cosas buenas. He aquí por qué esos entusiastas amigos del agua se han hecho más mal que bien: la naturaleza no soporta largo tiempo semejante tratamiento hidroterápico; eso es una tortura irracional. Mi principio es: *Cuanto más dulcemente obra el agua, con más seguridad cura.*

¿Cómo se tratará la dureza de las evacuaciones? Tomad durante la mañana, desde el desayuno hasta el medio día, una cucharada de agua cada media hora. Por medio de estas pequeñas porciones conse-

guiréis más resultado que si tomarais de una sola vez un cuartillo ó más. Por la tarde tomaréis igualmente una cucharada de agua cada hora ó cada media hora. Este riego continuo, aunque parsimonioso, produce un efecto refrigerante y multiplica el jugo gástrico. Por lo demás, nada impide al paciente beber una vez más si tiene sed.

En lugar del agua se puede hacer uso también de cierto número de tisanas, hechas todas con plantas fáciles de encontrar. ¿Quién no conoce las flores del endrino? La acción de una tisana de estas flores es excelente. La infusión de flor de saúco, que tiene un efecto refrescante y resolutivo, quita el calor interior; si le añadís tres ó cuatro granos de áloe, tendréis un remedio laxante, refrescante, resolutivo y eliminador. La infusión de seis ú ocho hojas de saúco, cogidas verdes en la primavera y el verano, es igualmente refrescante. Se toma una media taza por la mañana y una media taza por la tarde. Nadie debiera despreciar estas buenas plantas medicinales, teniendo en cuenta que Dios, el primero de los médicos y el primero de los farmacéuticos, las hace crecer gratuitamente para todos nosotros.

Al uso interno del agua viene á asociarse su uso externo. Con este objeto, el paciente se llenará de agua el hueco de la mano y se lavará enérgicamente el bajo vientre, á la hora de acostarse ó á la hora de levantarse. Este medio es extremamente sencillo y obra muy bien, hasta en muchas personas que tienen naturalezas débiles.

Si encontráis que esta aplicación es demasiado ligera, hacéos administrar de cuando en cuando una afusión de agua fría á las rodillas, durante uno á

tres minutos: aplicación excelente para provocar la evacuación.

¿Que no basta, y hay gran calor en el cuerpo? Entonces extendéos muchas veces por semana sobre una compresa inferior; también presta servicios la compresa superior. El baño de asiento frío, tomado dos ó tres veces por semana, produce igualmente mucho efecto. El baño frío completo, lo más corto posible, no es tampoco de desdeñar.

Todas estas aplicaciones que acabo de nombrar, estimulan y animan el organismo perezoso y flojo, le dan nueva actividad y lo reconfortan; en consecuencia, serán abundantes las materias arrojadas. Cuando las ruedas están engrasadas, la máquina anda bien.

No hay nada que sobrepuje al medio seguro é inofensivo del agua: ¿y qué cosa más fácil que beber agua ó lavarse con agua?

Digamos, en este sitio, una palabra sobre los vomitivos. Si yo encuentro que las purgas drásticas, por medio de los minerales y de los venenos, sea bajo la forma de píldoras ó bajo la forma de polvos, son contrarias á la naturaleza, mucho más son los vomitivos, que desgraciadamente son con frecuencia venenos también. Da compasión ver sufrir á un hombre, maltratado y martirizado de este modo. La sangre, ó más bien la bilis, se le sube cada vez á la cabeza. Se habrá notado que no he hablado de los purgantes tan conocidos y tan universalmente empleados, tales como las raíces de ruibarbo, las hojas de sen, el sulfato de magnesia, la sal de Glauber, etc. ¿Y por qué no? Porque estos purgantes, aunque inofensivos, me parecen de todos modos muy fuer-

tes; se llega al mismo resultado de una manera más dulce. ¿Quién se armará con un fusil para cazar pulgas ó moscas?

Me declaro tanto más contra los vomitivos, llámense emético, ipecacuana ó de otro modo. Son remedios intolerables. Si alguna vez vuestro interior siente deseos de vaciarse por arriba—hay casos de esto—haced como aquel campesino que cuando tenía violentas náuseas, se metía sencillamente el dedo en la garganta y se curaba así radicalmente los males muy bien. Tratad siempre, hasta cuando tengáis las mayores ganas de vomitar, de regularizar el curso natural de las materias fecales. Mi remedio más enérgico en este punto es el *registro-regulador*. Este medicamento tiene de notable que, de un lado, provoca evacuaciones abundantes, y, de otro, calma hasta la diarrea. Haced la prueba por medio de una media taza. Se pone en busca de los elementos morbosos y retenidos demasiado tiempo en el cuerpo, y los expulsa. ¿No hay de estos elementos, ó son eliminados? Su trabajo se pára por sí mismo. De aquí su doble efecto. ¡Qué charlatanería! exclamará alguno con desdén. Lo mismo me da que se diga como que no se diga. El hecho existe, la verdad quedará en pie. ¿Por qué todos los purgantes drásticos debilitan tanto, y por qué son de tan malas consecuencias? Porque no evacuan sólo las materias morbosas, sino porque lo expulsan todo indistintamente, porque arrastran los mejores jugos, los jugos necesarios á la producción de las fuerzas. ¿Quién no ha sentido él mismo este efecto? De aquí esa grande debilidad, esa disminución rápida y enorme de las fuerzas después de las curas drásticas. ¡Qué locura!

¡Qué responsabilidad! *Sapienti sat.* El daño hace prudente, ó al menos debería hacer.

Un sacerdote de cuarenta y cinco años se explica como sigue: «Desde hace veinticinco años padezco de estreñimiento, y desde hace algunos años también de embarazos gástricos. Hace próximamente ocho años me sometí á una cura de agua fría, lo que me mejoró el estómago, pero me quedó el estreñimiento. En 1885 fuí acometido, además, de una enfermedad de los riñones, á la cual se añadió en la vejiga una cantidad excesiva de ácido úrico y de cálculos. El médico me prescribió una cura de uvas, y después de esto, una cura de sal de Glauber (sulfato de sosa) durante diez días, de donde resultó un catarro muy intenso del intestino. Después que hube pasado en vano por todos los tratamientos imaginables, se me confesó que mi enfermedad era incurable, que podía ser dulcificada, pero no curada. Sufría de insomnios, de falta de apetito, de fatigas, de curvatura, de repugnancia al trabajo, de dolor y de opresión en la región renal, de estreñimiento en alto grado, con tensión é hinchazón en el bajo vientre, los pies sin cesar fríos, mientras que la cabeza estaba caliente y el resto del cuerpo sudoroso, unas veces más y otras menos. En este estado fué cuando tomé la resolución de buscar mi salud con el agua fría, contra la que había estado muy prevenido.»

Le dí la receta siguiente: Todos los días, una afusión superior, una afusión dorsal, un baño de asiento; además, si había necesidad, un medio baño, una afusión de rodillas y un paseo en el agua. Pero lo que ha hecho más efecto es la bata hidroterápica, á

la que se ha aficionado luego. Después de un tratamiento de doce semanas, la digestión había entrado completamente en orden, sin dieta especial; la nutrición era excelente, el peso del cuerpo había aumentado en trece libras.

4. Disentería.

La disentería es una hermana del cólera. Los dos se parecen perfectamente. Esta enfermedad comienza, por regla general, por violentos calambres en el bajo vientre y una diarrea considerable. En las materias arrojadas se encuentra mucha sangre.

Se cura prontamente la disentería, tomando un paño hecho dos dobleces, que se moja en agua bien caliente, mezclada con vinagre, y se aplica sobre el abdomen. Al interior un vasito de espíritu de arándano, que puede preparar uno mismo y que no debería faltar en ninguna farmacia de familia, hace un efecto sorprendente. Se puede también, dos veces por día, echar dos cucharadas de esta esencia en agua caliente, y se tendrá una bebida refrescante y muy agradable. Si al segundo día no ha mejorado esencialmente el estado de la enfermedad, hay que renovar el paño del bajo vientre y recurrir de nuevo al espíritu de arándano.

José se retorcía como un gusano en su cama. A veces las crispaciones lo revolvían lo mismo que una bola. Gritaba de dolor. Las deposiciones contenían más de medio litro de sangre. Dos cucharadas

de esencia de arándano, tomadas por la mañana y por la tarde, lo han puesto todo en orden en un corto espacio de tiempo.

Una mujer de más de cincuenta años se quejaba de terribles convulsiones. Un flujo de vientre, con mucha sangre, le hizo temer que esto fuera el verdadero cólera. El lienzo, empapado en agua con vinagre y aplicado al vientre, así como el vasito de espíritu de arándano, he aquí lo que en un solo día curó á la enferma. Si no se tuviera arándano, se haría cocer leche con hinojo: así se obtiene una infusión que prestará muy buenos servicios.

5. Hemorroides.

Las hemorroides pueden ser en parte una herencia, y en parte una consecuencia del género de vida. Las personas sedentarias, los oficinistas, los hombres de estudio, los gastrónomos, padecen mucho de esta enfermedad disimulada. El campesino que, de un extremo á otro del año, come patatas y farináceos, que no ve la carne más que los domingos y grandes fiestas, que, en vez de cerveza y vinos fuertes, se contenta con leche y agua, y que todos los días se entrega á trabajos penosos, este, digo, no conoce las hemorroides más que de nombre.

Esta enfermedad es molesta, á menudo muy molesta, pero poco grave, sobre todo al principio; hasta hay personas que sufren el mal años enteros ó toda su vida. La comezón, el prurito es muy desagradable, á veces muy penoso; pero lo que es más

penoso todavía, es su efecto deprimente sobre lo moral, poniendo triste, caprichoso, irritable; hay casos en que esta enfermedad llena de amargura toda la vida de un hombre y lleva la irritabilidad hasta el delirio. Con esto ya véis que no conviene el descuido enfrente de este mal; es preciso, por el contrario, tener cuidado á fin de que no empeore demasiado y acabe por ser peligroso.

¿Y en qué consisten las hemorroides? ¿Cuál es su origen? ¿Quién no ha visto un pavo con las bolsas membranosas que le cuelgan por delante, en el cuello, á veces como saquitos completamente vacíos? Cuando uno de estos animales se irrita, los saquitos carnosos se llenan de sangre y se ponen como bolas rojas. Las hemorroides son tumores semejantes, que encierran sangre y mucus, se forman en el borde del ano ó en el interior del recto, y ocasionan evacuaciones de sangre (hemorroides fluentes), ó desaparecen sin ocasionar flujo sanguíneo. Los vasos sanguíneos son tubos elásticos, susceptibles de dilatarse. Cuanto más afluye la sangre de una manera desordenada á un sitio, más se dilatan esos vasos, lo que ocurre, sobre todo, allí donde la sangre se agolpa y forma en cierto modo lagunas. De esto resultan pequeños tumores más ó menos grandes y duros, como las verrugas en la mano ó en la cara, y estos tumores están llenos de sangre. Si residen en el interior del cuerpo, en el mismo recto, son hemorroides internas, mientras que las hemorroides se llaman externas si se manifiestan fuera del ano.

De cuando en cuando estos tumores estallan y dejan fluir una mucosidad oscura, muy á menudo sangre pura. Este flujo alivia mucho al paciente;

si las venas hemorroidales no dejan escapar un flujo sanguíneo y están llenas y son numerosas, ocasionan violentos dolores y muchos embarazos. Añadamos que no es sólo en el asiento y en el recto donde se producen estas dilataciones varicosas de las venas; se dilatan algunas veces en las paredes de las venas, en el interior del cuerpo. De la misma manera que los merodeadores se unen á las tropas regulares, así esta especie de sanguijuelas se agarran á las venas, sobre todo, á las venas principales.

Cuanto más numerosos son los tumores hemorroidales y más frecuentemente se abren, más perjudican á las partes atacadas. En consecuencia, no es raro ver que se producen en esas partes ulceraciones malignas é incurables, como el cáncer del recto, fístulas, abscesos, etc...

Los dolores se aumentan y multiplican por los ascárides, gusanillos que se encuentran en el recto y que se agarran á las paredes de este intestino como garrapatas. Si son numerosos corroen el recto, y las consecuencias son ulceraciones malignas.

El tratamiento de las hemorroides por el agua es fácil y, en la mayoría de los casos, coronado de éxito (1). El número de los enfermos de esta categoría que he curado, es muy considerable; y puedo decir que todos los casos han tenido una solución feliz.

Comencemos por atacar los ascárides, si existen. Se denuncian, la mayor parte del tiempo, por un

(1) He conocido un desgraciado en quien las hemorroides salían del ano como una pulgada. Para obviar á la inflamación, debió tenerlas constantemente en agua fresca. En semejantes casos, el remedio no es fácil y mis aplicaciones llegan demasiado tarde.

cosquilleo, una comezón, un prurito en la región anal, lo que, por lo demás, ocurre también por la hinchazón de los tumores hemorroidales. A este efecto, se toman dos ó tres lavativas frías, y se las deja partir inmediatamente después. Cuando el agua fría llega al recto, los ascárides se desprenderán en cierto modo del ano, de la misma manera que la sanguijuela suelta el sitio mordido cuando se la espolvorea con sal. Si el líquido inyectado es evacuado sin tardar, los gusanillos desprendidos serán arrastrados con él afuera. Si se repite esta operación dos ó tres veces (se puede hacer funcionar la jeringa dos ó tres veces por semana), saldrán muchos de estos ascárides, si no todos.

Si no se trata más que de tumores hemorroidales es preciso observar lo que sigue: Cuando hay un aflujo de sangre demasiado grande, se la sustraerá; las venas demasiado dilatadas deben ser reducidas; las impurezas y todas las materias sucias deben ser eliminadas. Con este objeto la aplicación siguiente presta un buen servicio: Hacer uso de la compresa inferior, es decir, extender sobre la cama un lienzo muy grueso, plegado en muchos dobleces, mojado en el agua más fría, bastante largo para cubrir toda la espalda hasta la parte baja del asiento y bastante ancho para exceder de la espalda por los dos lados; acostáos sobre él durante tres cuartos de hora y repetid esta operación tres ó cuatro veces por semana. Si la sábana se pone caliente antes de transcurridos los cuarenta y cinco minutos, hay que quitarlo, ó, lo que es mejor, mojarlo de nuevo.

Entre los demás remedios contra las hemorroides, citamos el baño de asiento, que hay que tomar frío

tres ó cuatro veces por semana. Se le puede repetir cada medio día ó durante la noche dos ó tres veces, pero no estando en él más allá de uno ó dos minutos. Esta aplicación, como la precedente, obra á la vez sobre las hemorroides existentes y sobre las causas que las producen.

Cualquiera que esté afectado de hemorroides y emprenda, á cada trimestre, durante una ó dos semanas, una de las curas citadas, esté seguro de que su mal no tendrá consecuencias graves, y de que, si no desaparece completamente, al menos no será nunca demasiado molesto. Para los que, por el contrario, encuentren estos ejercicios demasiado penosos, no conozco ningún remedio.

Relativamente á la alimentación, no llamo la atención más que sobre un solo punto, que, en mi concepto, no es bastante apreciado. Muchas personas afligidas de hemorroides se han puesto á comer, en vez del pan ordinario, pan de salvado, y desde este momento su mal, aun no desapareciendo enteramente, no les molesta mucho. Recomiendo eficazmente este pan de salvado, que debería tener porvenir. No solo para este ó aquel hombre, sino para la mayoría de los hombres (por otros motivos además), debería estar en uso, puesto que es un alimento sano y confortante. Pero, notadlo bien; hablo del pan de salvado verdadero, no falsificado. La adulteración se ha apoderado también ya de este artículo. Un día encontré en una gran población del extranjero, pan de salvado (se sabe que es muy pesado), tan ligero como el pan ordinario. Corté un pedazo: aquello no era pan de salvado; el panadero se había contentado con espolvorearlo de salvado, como se espolvo-

rea de comino ó de anís. En la farmacia doméstica hemos indicado una receta para la preparación de este pan.

6. Fiebre mucosa.

Si me es permitido comparar el catarro á un niño pequeño, diré que la fiebre mucosa ó pituitosa es un adolescente. La fiebre mucosa proviene regularmente de los catarros, y de estos dos puede nacer toda suerte de complicaciones, como se ha dicho en otra parte. La curación se opera del mismo modo en el uno y en el otro caso, y, por consiguiente, las aplicaciones son las mismas, ¿Queréis veros libre pronto y fácilmente del catarro? Acostáos, laváos de hora en hora el pecho y el vientre, y hacéos lavar la espalda. Un catarro, si está todavía en su principio, será curado por tres ó cuatro de estas lociones en una sola noche. Cuando el catarro hace progresos, es decir, cuando se inflaman ciertas partes en la garganta, en la cabeza y en el pecho, entonces estamos en presencia de la fiebre mucosa, que no es otra cosa que un catarro que afecta á todo el cuerpo. Los sitios de que el catarro se ha apoderado primero, sea la garganta, sea el pecho, quedan muy sensibles hasta la completa curación. Añadamos todavía que generalmente se da el nombre de fiebre mucosa á la inflamación catarral del canal intestinal.

7. Tifus.

De la misma manera que la viruela está caracterizada por ampollas y pústulas en el exterior, así el tifus produce una erupción en el interior. Se distingue, según el sitio de la enfermedad, el tifus de la cabeza y el tifus del bajo vientre. En ciertos casos, los abscesos empiezan, pero no llegan á su completo desarrollo; como hay también flemones que en un momento manifiestan una inflamación y desaparecen bien pronto completamente. Esta especie de tifus tiene un nombre particular, que es de poca importancia para las gentes del campo. Lo paso.

En cuanto á la curación, hay que notar desde luego tres cosas: ante todo se trata de impedir que la fiebre haga demasiados progresos; de otro modo todas las fuerzas y los humores del cuerpo serían miserablemente consumidos; después, tratad de resolver las pústulas, ó, si no existen todavía, de prevenirlas: en otros términos, de eliminar las sustancias purulentas que llenan las pústulas; en fin, no descuidéis ningún medio de expulsar lo más pronto esas sustancias puriformes del cuerpo.

No hay medio más apto y más seguro para alcanzar este triple resultado que el agua, porque refresca, resuelve y purifica.

Juan fué al entierro de su hermano, muerto del tifus. Cometió la imprudencia de ponerse ropa del difunto, y poco después estaba atacado del tifus en alto grado. Grande era la fiebre; más grande todavía la ansiedad. Sin tardanza, Juan hizo colocar al

lado de su cama un barreño lleno de agua. Siempre que el calor y la ansiedad aumentaban, se metía en él por un minuto lo más. Sentábase en la bañera de modo que el agua le subía hasta la región umbilical, se lavaba rápidamente la parte alta del cuerpo por medio de un gran baño, se ponía á escape, sin secarse, una camisa limpia, y se metía en seguida en la cama caliente. Se encontraba muy bien. Repitió esta operación durante tres días, tres ó cinco, ó hasta seis veces diariamente. No tenía para esto necesidad de reloj; la fiebre le indicaba la hora de tomar el baño: seis veces el primer día; tres veces el segundo, y una vez los siguientes. Después de cinco días había pasado todo peligro. Pero he aquí que la mujer del convaleciente fué atacada del tifus. Recurrió á la misma bañera, y á los pocos días estaba curada igualmente.

¿Qué comían y bebían los dos enfermos? Su bebida consistía en agua y leche cuajada. En cuanto al alimento, se abstenían completamente hasta que volvió el apetito, y entonces tomaban sopa de pan, sopa en leche, sopa de sémola; una patata ó dos tampoco les hacía ningún daño. Al cabo de pocos días volvieron á su régimen ordinario.

Máximo, un verdadero gigante, fué á visitar á su cuñado Juan, atacado del tifus. Imaginábase que semejante enfermedad no podría atacarle. Pero he aquí que ocho días después comenzaron á debilitarse sus fuerzas gigantescas, y su valor heroico se mostró en largas jeremiadas. «No puedo andar, ni siquiera tenerme en pie; me siento mal por todas partes.» Había cogido el tifus.

Máximo no tomó bañera, sino una gran cuba de madera. Allí se arrodillaba y se lavaba todo el cuerpo (durante un minuto proximamente) con el agua más fría y un lienzo basto, siempre que el calor llegaba á un grado elevado. Continuó esta cura durante ocho días. Al sexto pidió una sopa; al cabo de diez días se levantó, y en poco tiempo, volvieron todas sus fuerzas. Habiendo escapado así, pudo después hacer aprovechar su experiencia á otras personas atacadas de tifus.

En una época en que, en el espacio de cinco semanas, cerca de veinte personas fueron curadas y salvadas por el método arriba descrito, un niño de dos años heredó el tifus. Nadie quería creer que el pequeño ser escaparía á la muerte. Siempre que se quejaba y lloraba, su madre lo metía en un baño algo templado y lo lavaba con agua fría al salir del baño; luego lo envolvía en un lienzo mojado en agua templada. La criatura se restableció en doce días.

A los enfermos á quienes pudiera asustar al pronto el agua fría, les concedo el empleo del agua templada para sus aplicaciones, pero nada más que por el motivo indicado; pero es probado que en general el agua más fría, sacada de la fuente, del manantial ó del río, presta mejores servicios.

Una niña vuelve del colegio. Se queja de un violento dolor de cabeza, de una alternativa rápida de frío y de calor, y de un flujo de vientre considerable. No puede ni trabajar ni andar.

Tratamiento: el primer día se lavó á la enferma

tres veces la espalda, el pecho y el bajo vientre, y se le lió durante dos horas un lienzo mojado alrededor del abdomen. El segundo día tomaba medios baños con loción de lo alto del cuerpo, siempre que el calor parecía exigirlo. El tercer día bastaron dos de estos baños, y el cuarto no hubo necesidad más que de uno. La niña estaba fuera de peligro y se repuso bien pronto.

Podría citar más de doce casos en que enfermos tratados según los métodos alopáticos y demás, habían concluído por ponerse tan débiles, tan pobres de sangre y de humores, tan agotados, que se había hecho imposible un restablecimiento, propiamente dicho. Los funestos narcóticos, la quinina, etc..., habían reducido el estómago al estado más deplorable.

Aconsejo de ordinario á los convalecientes debilitados con exceso por el tifus, que beban tres ó cuatro tacitas de infusión de ajenjo por día, lo que produce un bueno y abundante jugo gástrico; además les prescribo lavarse la espalda, el pecho y el vientre con agua y vinagre tres ó cuatro veces al día.

Sin duda se necesita una gran energía, sobre todo cuando el paciente pertenece á la que se llama buena sociedad, para hacer uso del agua fría, que se teme tan universalmente. Cuando son almas tiernas, á quienes esta pretendida cura de caballo podría causar ligeros síncopes, les doy el consejo de tomar una esponja, mojarla en agua fría y lavarse el pecho y el vientre, como se lavan todas las mañanas la cara y las manos. Con tal que hagan una vez

esta operación, experimentarán bien pronto el efecto bienhechor, tomarán valor, y presentarán igualmente al agua la espalda y las demás partes del cuerpo.

Si un paciente no sabe resolverse á este mínimum, si encuentra este procedimiento demasiado rudo, entonces que haga lo que quiera; él solo sufrirá las consecuencias.

Gran emoción cuando en una casa ó en un establecimiento se declara una enfermedad epidémica. Sin exagerar, sostengo que si, en un dormitorio donde duermen diez niños, uno sólo es atacado del tifus, es seguro que no lo será un segundo, á condición de que se emplee el tratamiento por el agua. Porque el contagio se produce, la mayor parte de las veces, por los miasmas, las exhalaciones malsanas del cuerpo. Y siguiendo nuestro método, los lienzos mojados absorben y ahogan así los principios contagiosos en su germen mismo. Si la habitación es aireada con frecuencia y el aire es siempre puro, apenas hay motivo para temer la respiración del enfermo. Pero no hay necesidad de decir que los excrementos deben ser alejados lo más pronto, y arrojados en sitios bien aislados.

Un enfermo, francés de origen y de alta condición, escribía lo siguiente:

«He padecido durante muchos años de reumatismo, así como de un catarro intenso en las fosas nasales y en la garganta; el catarro atacó la trompa de Eustaquio y dañó el oído. En 1877 y en 1878 tomé, durante dos meses, duchas de agua azufrada

en Aix-les-Bains, pero sin el menor éxito. En 1879 se me aconsejó que hiciera un ensayo con el aparato Baunscheid, que estimula el principio vital. Escuché el consejo, y me sometí durante cinco ó seis semanas á un verdadero martirio, porque cada semana se me ponía este estimulador sobre la espalda, en la nuca y detrás de las orejas. ¡Resultó de ello que mi estado nervioso y mi catarro aumentaron lo menos el doble!

»En el mes de Julio de 1879 fuí á ver en Strasburgo el mejor especialista para las enfermedades de oídos; pero tampoco encontró medio de curar mi catarro de nariz y de garganta. Como el oído dejaba que desear, y el catarro se hacía sentir cada vez más en la trompa de Eustaquio, yo buscaba por todas partes un médico que pudiera socorrerme. Por una circunstancia casual llegué á Aix-la-Chapelle, donde el doctor Schw... un aurista que me había sido recomendado, ensayó, durante tres ó cuatro semanas, curarme por medio de cauterizaciones. En la tercera semana fuí acometido del tifus, sin duda á causa de mi excesiva sensibilidad nerviosa, engendrada por la piedra infernal. Era el tífus petequial, enfermedad extremamente grave; la fiebre subió á la temperatura de 41,3 grados. Cuando se declararon las hemorragias, se desesperó de salvarme. No quiero hablar de la frecuente inyección de toda clase de venenos.

»Después de seis semanas volví á la vida, pero no á la salud; porque después de tener el tifus (otoño de 1879), quedé siempre enfermo. El estómago y el bajo vientre estaban muy sensibles. Los alimentos más ligeros me hacían daño, y, á menos de tomar

una lavativa, no podía ir nunca al retrete. Estaba de tal modo irritable, que á la menor emoción no sabía á qué Santo encomendarme. Jamás se presentaba el sueño antes de media noche. A consecuencia del tifus habían aumentado mi catarro y mi padecimiento de oídos, y estaba casi sordo.

»En 1880 fuí á París á consultar al doctor D... un célebre especialista, pero sin éxito. De París fuí á Lyon para ver á otro aurista, el doctor J., también sin el menor resultado. Quedaron sin efecto todas las inhalaciones, todas las cauterizaciones á que me sometí durante cinco ó seis semanas.

»En 1881 pasé cinco meses en el hospital de Strasburgo. El médico quería, ante todo, curar el estómago y el bajo vientre. Pero viendo que no conseguía nada, me prescribió un régimen de leche, con el cual he vivido miserablemente durante cuatro años.»

Este enfermo, cuando vino á mí, parecia un esqueleto ambulante. En estos casos crónicos y desesperados, ¿puede el agua socorrer, ó al menos consolar?

Respondemos claramente que *sí*. No hay que decir que las primeras aplicaciones debían ser de naturaleza resolutiva, y obrar, sobre todo, en los pies y en la cabeza. Al mismo tiempo, había que tratar de operar igualmente una resolución en el interior, y por intervalos practicar una aplicación reconfortante. He aquí, poco más ó menos, la serie de las aplicaciones: baño de vapor de la cabeza, durante veinticuatro minutos, y seguido inmediatamente de la afusión superior é inferior; baño de vapor de pies; afusión superior é inferior; medio fajamiento; baño calien-

te con alternativa de baño frío; baño de vapor de la cabeza; compresa superior é inferior. Cada día se hacía una ó (según el estado del paciente) dos operaciones, y esto durante tres ó cuatro semanas. Después, durante cierto tiempo, se añadió cada semana dos lociones totales fuera de la cama, así como un medio baño de uno ó dos minutos. En el interior la curación fué favorecida por dos infusiones, tomadas alternativamente, la una de salvia y tilo, la otra de bayas de enebro y de llantén. Cada tisana fué tomada tres ó cuatro veces por semana.

Creo deber añadir en este sitio dos observaciones. En nuestro caso particular había que aspirar, sobre todo, á una transpiración abundante, puesto que muchos indicios señalados en el enfermo, como los rasgos desfigurados del rostro y la hinchazón fungosa, denunciaba claramente la existencia de obstrucciones y de supuraciones, de las cuales unas se mostraban al exterior, mientras que las otras permanecían ocultas en el interior. Entre las aplicaciones de agua no encontráis más que una vez el baño de vapor de los pies, mientras que el baño de vapor de la cabeza se encuentra con frecuencia. ¿Por qué esto? Es que la cabeza estaba hinchada, mientras que las piernas del enfermo, de talla hercúlea, parecían husos. Se podía, pues, sin peligro, hacer obrar el vapor varias veces sobre la cabeza; allí encontraba un campo de acción. Los pies y las piernas, por el contrario, no tenían necesidad de ello: estaban ya bastantes delgados, y el calor que les faltaba debía serles proporcionado por otros medios. En semejantes casos, no hay que bromear con los baños de vapor, que exigen siempre mucha prudencia. Para las na-

turalezas agotadas, no hay más que un paso hasta la tisis.

El paciente experimentó una mejoría sensible, y se fué dándome las gracias.

8. Gusanos intestinales.

Entre los parásitos (entozoarios) que viven y se desarrollan en el cuerpo del hombre, al que llegan á debilitar y á poner enfermo, los más conocidos son los gusanos intestinales ó helmintos. Encuéntranse, ante todo, en el organismo de los niños, y si la madre de familia no vigila con cuidado, pueden hacer mucho daño.

Su desarrollo en los intestinos es favorecido por el uso demasiado frecuente é inmoderado de alimentos harinosos y de pan moreno. Los síntomas son: mucho apetito, malestar y dolores en la región umbilical. El signo principal, en el que se reconoce la existencia del gusano, es el picor en la nariz: los niños no cesan de meterse los dedos en las narices. Tienen la cara pálida, el color enfermo, porque las lombrices quitan alimento al cuerpo.

Tratamiento: 1) Cortad una cebolla y hacedla macerar en un cuarto de litro de agua durante una noche. Por la mañana se exprimen bien los pedazos de cebolla y se bebe el líquido en ayunas. Si empleáis este remedio tres ó cuatro veces, las lombrices serán seguramente muertas y evacuadas. 2) Tomad una cucharada de miel, hacedla cocer en un cuarto de litro de agua, y bebed. Las lombrices se llenarán de este líquido, y si después se toma una

taza de infusión de ajenjo, que es un veneno para ellas, morirán y serán expulsadas. 3) El vermífugo más eficaz es la semencina.

Una persona, después de haber estado mucho tiempo enferma y haber usado de medicamentos, vió un día salir de su boca tres gruesos y largos lombrices. Dos cucharadas de semencina tomadas dos días seguidos, obraron, en el espacio de tres días, la expulsión de setenta y ocho grandes lombrices. Después de haber tomado el remedio, hay que estar dos horas sin comer. La semencina no cuesta cara; se puede comprar en todas las farmacias.

De todos los gusanos del canal intestinal, el más peligroso es la solitaria ó *ténia*. Para expulsarlo, existe en nuestros días un medio muy bueno, un tenífugo excelente que todos los farmacéuticos os darán.

9. Hernias.

Un mal muy frecuente y dominante en nuestra época son las hernias de toda especie. Ya aparecen de pronto, como los hongos en el bosque; ora se anuncian por dolores en tal ó cual parte del cuerpo. Todos los que están afectados de ellas se cuentan entre los inválidos, es decir, entre los que no son aptos para todos los trabajos indistintamente; porque toda hernia implica, no sólo el peligro de violentos sufrimientos, sino también el peligro de muerte, si se comete una imprudencia.

Estas enfermedades se presentan principalmente en las personas de naturaleza débil. Así, nuestra época de flojedad puede ofrecer frutos de este género

en gran número. Estoy íntimamente convencido de que, si desde la juventud se tratara de endurecerse razonablemente, y si no se usaran más que alimentos sustanciosos y bien elegidos, en vez de esta alimentación adulterada, refinada y mala por tantos conceptos, todas esas enfermedades se señalarían muy raramente, en general sólo en los casos en que una acción violenta, percusión ó choque, fuera ejercida sobre el cuerpo. Hace cincuenta años se conocían muy pocas gentes enfermas de hernias en una aldea: en una ciudad pequeña se las podía contar por los dedos. Hoy, de cada veinte personas, tomadas al azar, tres ó cuatro personas tienen hernias. Para colmo de desgracia, estos enfermos tratan de ocultar su padecimiento lo mejor posible. No gusta que el público sepa que se tiene una hernia.

Para muchos esto suena como una ofensa, que los pone colorados hasta las orejas. ¡Locura todo ello! De esta manera se descuidan los remedios necesarios, y el mal crece en gravedad. No se encuentran hernias solamente entre los que se entregan constantemente á trabajos penosos, sino también en las clases acomodadas y en el gran mundo. ¡Se forma tan pronto! El uno adquiere su hernia en el retrete; el otro salta un foso y se quiebra; un tercero sufría mucho de ventosidad, sobrevino una cosa insignificante, y el peritoneo tuvo una fisura. Un predicador habla con fuego, y baja del púlpito con una hernia.

Me siento siempre profundamente apenado (porque la mayor parte de las veces se podría prevenir el mal con facilidad) cuando sé que hay un nuevo cuerpo fuerte y sano, en el que acaba de formarse una hernia, y que una persona, en la flor de la edad

y de la fuerza, ha sido colocada entre los inválidos. Casi hay que darles este nombre, porque muchos de los hombres afligidos de una hernia se ven obligados á abandonar su carrera antes de tiempo, con frecuencia á la edad de cuarenta ó cincuenta años, y raramente pasa una semana en que las incomodidades de la hernia no constituyan la parte principal de la cruz diaria. El que haya hecho la experiencia, sabe que no sueño, que no exagero. Verdaderamente se debería hacer algo más para buscar las causas de la excesiva extensión de este mal; en otros términos, para dar un remedio á la humanidad debilitada y afeminada. ¿Adónde llegaremos?

He hablado ya de una cura de agua razonable, moderada. El poco trabajo y los insignificantes sacrificios que hay que imponerse serían con certeza compensados ampliamente, aunque con ellos no pudiera prevenirse más que esta sola enfermedad. Porque la hernia (aparte de las excepciones de que hablaremos después, á propósito de los niños), no es un vicio de nacimiento ó de constitución; no se produce sino á consecuencia de una debilidad nativa ó sobrevenida más tarde. Y esta debilidad podría ser evitada ó descartada por procedimientos de endurecimiento, especialmente por medio del agua. ¿Acabará por ser más prudente la gente de las clases ilustradas? Lo dudo. Pero vosotros, buenos y animosos campesinos, á quien reservo mis consejos, si me leéis con confianza, tomad uno ó dos medios baños por semana, ó, mejor, algunos baños de asiento fríos (cualquier barreño puede servir). Pronto experimentaréis su acción reconfortante. Para esta clase de baños no tenéis necesidad de escoger tiempo deter-

minado. Cualquier hora es buena, y toda la operación, desnudarse, bañarse y volver á vestirse, no debe durar más de cuatro minutos, seis minutos como máximum. Podréis tomar el baño suspendiendo vuestro trabajo, para volver á él inmediatamente después. Pero ¿y si se está en completa transpiración? Esto no importa; bañáos tranquilamente, nada tenéis que temer. Al hablar de los baños completos y de los medios baños, me extiendo largamente sobre este punto. Cada palabra en esta materia, llena de responsabilidad, ha sido reflexionada maduramente, largo tiempo experimentada y puesta en práctica antes de ser pronunciada y escrita. Entrad en el agua hasta el pecho, lavad enérgicamente y á toda prisa lo alto del cuerpo, vestíos después sin secaros, y volved alegremente á vuestra tarea. Después de tres ó cuatro baños de este género, ya no tendréis necesidad de estímulos, ni de firme propósito; el baño ó la loción se hará casi una necesidad, y prestaréis con placer este servicio á vuestro cuerpo. ¡Por la obra (curación, salud perfecta) se conocerá al obrero!

Un campesino vino á quejarse un día de fuertes dolores un poco por debajo de las caderas. El médico le había dicho que estaba en vías de formarse una hernia. Le aconsejé que aplicara asiduamente compresas superiores é inferiores. El dolor no tardó en calmarse. El campesino se abstuvo por algún tiempo de los trabajos más penosos, y el mal anunciado no se presentó. Esta advertencia le hizo reflexionar y lo volvió prudente: se convirtió en ardiente amigo del agua.

Un hombre de unos cuarenta años se quejaba de vértigos, de congestiones y de violentos dolores de cabeza. Tenía buen apetito; pero cuando lo satisfacía, sufría con ello. Su color rosado denotaba salud floreciente, pero su vientre era de un grosor poco natural, que contrastaba singularmente con los brazos y las piernas, muy delgados. Según prescripción de los médicos, llevaba un vendaje porque estaban á punto de producirse dos hernias. Sin embargo, el mal esencial consistía en el inflamiento del vientre por los gases.

Cuando, por el empleo del agua, fueron expelidos los gases y fortalecidos los órganos, desaparecieron los tumores herniarios, así como las congestiones y el dolor de cabeza, tan bien, que al cabo de cuatro semanas el restablecimiento era completo.

Tratamiento: Primer día: afusión superior, con afusión de las rodillas por la mañana, y afusión superior y paseo en el agua por la tarde. Segundo día: afusión superior y paseo en el agua hasta la altura de las rodillas por la mañana, afusión superior é inmersión de los pies por la tarde. Tercer día: afusión superior y arrodillarse en el agua por la mañana, y afusión dorsal por la tarde. Cuarto día: como el anterior. Quinto día: por la mañana temprano baño, después afusión superior, después de medio día afusión superior, y dos horas más tarde, baño de asiento. Sexto día: afusión superior, y dos horas después, medio baño; después de medio día, baño hasta los sobacos. Séptimo día: paseo en el agua hasta por encima de los tobillos, y dos horas después, afusión dorsal.

El tratamiento fué continuado de este modo, y al

cabo de cuatro semanas la salud era perfecta. Es notable cómo desaparecieron enteramente la tumefacción de la cara y la extraordinaria tensión del vientre, así como las hernias.

Antes de terminar, hagamos una pregunta: ¿No pueden ser curadas nunca las hernias? Yo he curado muchas, en tanto que eran recientes, aun en adultos, haciendo friccionar vigorosamente la parte enferma con aceite alcanforado y aplicando un emplasto de pez (la pez extendida en un encerado). La grasa de zorra es igualmente, y ha sido siempre, reconocida como uno de los mejores remedios para curar una hernia reciente: se fricciona con ella, cada dos ó tres horas, la parte enferma, aplicando cada vez en seguida el emplasto de pez. De esta manera he curado una hernia que tenía ya siete semanas.

Las hernias se producen en un número considerable de niños. La razón de ello es, que la mayor parte del tiempo están muy inflados por la alimentación, y que, así, el peritoneo se desgarra en un sitio dado. A estos niños hay que prepararles cada día un baño de paja de avena y una compresa inferior y superior, pequeña naturalmente, como conviene al pequeño ser, y esto hasta la completa curación. Además, tened cuidado de frotar dulcemente la parte lesionada con aceite alcanforado, ó, mejor todavía, con grasa de zorra. Estas hernias se curan al cabo de poco tiempo, con tal que no hayan tomado un desarrollo demasiado grande; porque de otro modo apenas se podría pensar en la curación, y entonces no habría otro expediente que procurar á los

desgraciados un vendaje, que se verían obligados á llevar según las indicaciones del médico.

Las madres no deberían descuidarse — y en este punto reconozco el verdadero amor maternal—para prevenir, desde el principio y radicalmente, semejantes enfermedades. Esto es muy importante, y muchas cosas dependen de ello después: la vida feliz ó infeliz del niño, la pena ó el consuelo de los padres. Si Dios me da vida, algún día consignaré para las madres algunos avisos y consejos prácticos sobre la manera de cuidar y endurecer racionalmente á sus hijos desde el nacimiento. Que no se asusten del frío hidrópata; es todo corazón para la educación y para los que cooperan á ella. No me dirigiré á las madres que tienen los nervios débiles y que, arropando tontamente á sus querubines en terciopelo, seda y lana, les rohusan el beneficio del aire fresco. No hablaré más que á las que cuidan de contribuir por su parte á la formación de su generación viable y fuerte. La lectura de estos consejos prácticos aprovechará igualmente á los niños grandes.

10. Partos.

Digamos en este sitio algunas palabras de un estado enfermizo, del que no se trata en otra parte, y que se refiere al parto.

Una joven había dado á luz tres hijos que nacieron muertos. Estaba muy desolada y desalentada, tanto más, cuanto que el médico le declaraba que no llegaría jamás á término, que nunca tendría un hijo

viable. Yo la consolé y le hice esperar que, si quería someterse á aplicaciones de agua, su naturaleza se fortalecería hasta el punto de que pudiera tener confianza en el porvenir. Estas palabras fueron un gran consuelo para la desesperada mujer.

Se puso á practicar los medios fáciles de endurecer el cuerpo; poco á poco se acostumbró á los medios poco penosos, y acabó por tomar hasta medios baños y baños enteros. En el espacio de tres años regaló á su feliz marido tres hijos sanos y vigorosos.

Otra mujer fué atacada del tifus; tenía un dolor de cabeza desesperante. Su familia la llevó al campo para permitirle morir allí tranquilamente. Para colmo de desdichas, la pobre mujer iba á ser madre. Vinieron á consultarme; aconsejé los medios fajamientos, que fueron empleados inmediatamente. Cesó el dolor de cabeza. Para tener más seguridad, la familia fué á preguntar al médico que la había asistido antes, si acaso podría prestar buenos servicios un fajamiento. La contestación fué que el primer fajamiento provocaría un parto prematuro. Entre tanto, antes de la llegada de esta fatal noticia, ya había sido aplicado seis veces el fajamiento. La enferma curó del tifus, y dió después á luz un niño muy sano.

XIX

ENFERMEDADES DEL HÍGADO

Las enfermedades del aparato biliar son frecuentes y variadas. No separaremos las afecciones del hígado mismo, las enfermedades de los canales biliares, y las afecciones de la bilis; consideraremos los estados morbosos del órgano secretor de la bilis en su conjunto.

1. Ictericia.

Se llama ictericia una afección caracterizada por la coloración amarilla de la piel. La vesícula biliar se encuentra en el hígado, y de allí es de donde se reparte la bilis á través de dos canales. En estos canales pueden producirse condensaciones particulares, llamadas cálculos biliares, que crean obstáculos al curso de la bilis. También pueden producirse desórdenes por una presión, un choque ú otros accidentes, á consecuencia de los cuales la bilis se introduce en la sangre y los humores. Entonces es cuando sobreviene la ictericia. Esta afección se manifiesta

igualmente después de ciertas enfermedades graves, como el tifus, una gran fiebre, etc... Puede también estar enfermo el hígado, y, en su consecuencia, la sangre se altera ó hasta se infecta poco á poco.

Si la ictericia no proviene más que de un accidente ó de una enfermedad, tiene generalmente poca importancia; si, al contrario, procede de una afección del hígado, ocasiona fácilmente la muerte.

Los primeros síntomas de la ictericia se notan en lo blanco del ojo, después en la misma piel, en las evacuaciones y en la orina; se pierde generalmente el apetito y el gusto se modifica la mayor parte del tiempo. Si el hígado está intacto, la curación no ofrece dificultad.

Para uso interno, recomiendo especialmente: todos los días, tres ó cuatro porciones de tisana de ajenjo, en dosis de tres á cuatro cucharadas cada vez; ó bien, tres veces al día una toma de polvo de ajenjo, lo que cabe en la yema de los dedos, en seis ó diez cucharadas de agua caliente. La tisana de salvia con ajenjo presta también muy buenos servicios. De la misma manera seis granos de pimienta, absorbidos con la comida, constituyen un buen remedio digestivo. Se hará bien en ser sobrio en comer y en beber. La leche es un excelente alimento en estas circunstancias.

Las mejores aplicaciones del agua son: dos ó tres medios fajamientos por semana y otras tantas lociones (saliendo de la cama y volviendo á meterse en ella en seguida). El color ictérico se mantiene á veces semanas enteras, pero no presenta absolutamente peligro. Sucede con la ictericia lo que con una tela á la que no se puede quitar de un golpe toda co-

loración. Pero si el color amarillo pasa poco á poco al moreno, y al moreno oscuro; si el apetito sigue disminuyendo; si se siente en la piel un prurito incómodo, y si continúa aumentando el adelgazamiento, entonces es de temer que sea incurable el hígado, que esté atacado de una induración, de un cáncer, ó de otra enfermedad semejante.

Una taza de leche, tomada por la mañana y por la tarde, con azúcar y una cucharada de polvo de carbón, produce un efecto particular sobre el hígado enfermo y la ictericia.

2. Hipocondría.

Siempre me han dado tanta lástima los hipocondríacos como los escrupulosos. Oiréis decir mil veces: «Es un hipocondríaco, es un escrupuloso.» ¡Manera de hablar hueca y sosa! Con esto se burlan de los desdichados, en vez de ser caritativos con ellos. Estos enfermos son precisamente los que merecen mayor compasión y el interés más vivo. Me pregunto en cada caso (y lo hago también para los escrupulosos): ¿Ha estado este hombre alguna vez en su estado normal? ¿Hubo algún tiempo en que pensara razonablemente y trabajara con actividad? Y si recibo una respuesta afirmativa, no sería razonable, de mi parte, pensar que no le falte algo á aquel hombre, que se complazca en hacer locuras, que goce martirizándose y martirizando á los demás. Es preciso que me diga, al contrario: Este desgraciado debe haber sufrido una modificación interna en su cuerpo ó en su espíritu; es decir, debe estar muy enfermo. Trate-

mos, pues, de curar lo que se ha modificado, de restablecer el estado de salud de otro tiempo; después de esto, la hipocondría cesará por sí misma. Los hipocondríacos—el caso es frecuente—son precisamente las gentes más capaces, aquéllas que se dedican al estudio. La enfermedad les acomete de improviso, de la misma manera que en la casa más sólidamente construída, se puede derrumbar inopinadamente por cualquier cosa.

Soy de opinión que en la hipocondría, como en todas las enfermedades del espíritu, la raíz del mal se encuentra siempre en el cuerpo, en el cuerpo enfermo. Sólo con esta idea se llegará á la curación. Será preciso, por consiguiente, en esos enfermos, tratar de levantar lo que está caído, de fortalecer lo que está debilitado, de poner mejor en movimiento lo que está inactivo; en una palabra, hay que volver el curso de la sangre al buen camino, y la hipocondría será curada.

He conocido un hombre favorecido por grandes talentos. Por espacio de muchos años vivió muy dichoso en su posición, y trabajaba por dos con facilidad y brío. De pronto se volvió hipocondríaco, y llegó hasta el punto de que no se cuidaba lo más mínimo de sus ocupaciones, de que se asustaba y espantaba de todo, y huía de las gentes. En vez de atestiguarle el interés y la compasión de que tenía necesidad más que cualquiera otro, no le decían á cada momento más que frases desdeñosas: «Es que estáis hipocondríaco, nada se puede con vos.» Esto basta para hundir á un hombre.

¡Cosa curiosa! Este hombre (lo sé por él mismo), había visitado ya dos establecimientos hidroterápi-

cos, que no habían hecho más que agravar su estado. Los tratamientos eran allí muy rudos, demasiado violentos, á propósito para demoler aquel organismo medio arruinado, más bien que para reconstruirlo.

En esta ocasión pude comprobar, una vez más y muy claramente, de qué modo el agua, aplicada en las formas más dulces, puede hasta producir los efectos más excelentes y más duraderos. No hay que decir que una enfermedad de este género no puede ser curada en pocos días.

El que observe las reglas ordinarias de la higiene, relativamente á la alimentación, á los vestidos, á la ventilación, al recreo, á la limpieza, ese no tiene que temer esta fatal enfermedad. Si por casualidad aparece en el horizonte, apenas costará trabajo alejarla inmediatamente.

Las aplicaciones del agua más apropiadas consisten en las lociones totales y parciales, en los medios baños y baños de asiento, en los medios fajamientos, en fin, en los baños fríos enteros.

No quiero dejar de decir aquí dos cosas. Es una gran desgracia de nuestra época, en que hay tanta afición á las bebidas espirituosas, que los mismos jóvenes se acostumbren á los vinos fuertes. Todas las bebidas hacen el efecto del aceite en el fuego: la sangre y los humores de nuestra generación debilitada no los soportan. Seamos sobrios y sencillos, y muchas enfermedades que han sacado á escena el progreso y el espíritu moderno, desaparecerán de nuevo entre bastidores.

Otra calamidad que también querría señalar, consiste en la manía de querer alimentarse casi exclusi-

vamente de carnes y desdeñar los alimentos hechos de leche y de harina, que, sin embargo, proporcionan los jugos más sustanciosos, los humores menos acres, la sangre mejor. Esto no puede tener buen resultado; es contra la naturaleza. Sólo á los animales carniceros ha dispuesto el Creador el estómago y la dentadura únicamente para la carne. Pero para el hombre, en cuyo favor ha sido creado todo lo demás, no hay límites en los dominios de la alimentación. Los que, para su propia pérdida, obran de esa suerte, son unos insensatos.

3. Melancolía.

Un señor se atrajo, por exceso de fatigas y de cuidados, la enfermedad siguiente: zumbido de oídos, continua pesadez de cabeza, debilitamiento de la facultad intelectual y de la memoria, de modo que quedó incapaz para cumplir sus deberes. Se encontraba, además, en un estado habitual de sombría tristeza, y experimentaba á veces una ansiedad indecible. El sueño era ordinariamente malo; las fuerzas físicas se iban cada vez más, y el peso del cuerpo disminuía sensiblemente.

El enfermo, excesivamente melancólico, vino á hacer una cura: afusión superior afusión dorsal, paseos en el agua, dos fajamientos por semana, bata hidroterápica, y para uso interno, gotas de ajenjo, ya solas, ya mezcladas con árnica y centáurea. Estas gotas tienen una acción completamente particular, muy elogiada. El tratamiento duró ocho semanas

y lo repuso del todo. Su estado melancólico desapareció, y el peso de su cuerpo aumentó en once kilos.

«Hace ya muchos años que estoy siempre de mal humor, triste y melancólico, que sufro de cefalalgia, de crispaturas en la cara, de muchos constipados y sudores abundantes por todo el cuerpo. Muchos médicos han intentado curarme, pero en vano.»

Al cabo de quince días estaba suprimido todo este estado enfermizo; y para fortalecer y consolidar el cuerpo en el porvenir, bastó un medio baño y una loción entera por semana. Las aplicaciones de los quince primeros días fueron: 1) Cada tres días, una camisa empapada en agua salada, á fin de eliminar los elementos morbosos; 2) de la misma manera, cada tres días, un medio baño, á fin de fortalecer el abdomen; 3) cada tres días, una loción entera, para hacer entrar el cuerpo en actividad.

«Vengo á consultaros, á propósito de una persona enferma de espíritu: una mujer de treinta y ocho años, que ni tiene ganas de hacer nada, ni puede hacer nada. Está melancólica, y no se ocupa ni de su marido ni de su casa. Evita cuanto es posible la sociedad, y no sale á la calle. Está bastante delgada, y no le han producido efecto los remedios que ha tomado.»

Tratamiento: 1) Todas las noches, cuando la enferma esté acostada y caliente, lavarle todo el cuerpo con agua y un poco de vinagre; 2) todos los días, administrarle dos pediluvios calientes, con ceniza y sal, durante catorce minutos; 3) tomar, dos veces al día, veinte gotas de ajenjo desleídas en agua.

Al cabo de tres semanas era mejor el estado patológico, y prescribí para el porvenir: 1) Dos medios fajamientos por semana; 2) dos lociones enteras por semana. Quince días después, no hubo que emplear más que una loción entera por semana, y un paseo en el agua tres ó cinco veces cada semana.

XX

ENFERMEDADES DE LOS RIÑONES

Un campesino expuso así el estado de su enfermedad: «Estoy tan enfermo, como grueso y fuerte parezco. No puedo trabajar, estoy constantemente hinchado, y la dificultad de la respiración es con frecuencia tan fuerte, que me parece que voy á ahogarme. En vez de dormir por la noche, no paro de dar vueltas en la cama. La orina es ordinariamente muy espesa y mezclada con sangre, y á menudo experimento fuerte escozor en la vejiga. He consultado á muchos médicos: uno decía que padezco de los riñones, y que tengo cálculos biliares; otro pretendía que los riñones están afectados y que vendrán á supuración; un tercero suponía que mi estómago no digiere bien, y que, por consecuencia, estoy siempre atascado, puesto que mi boca está continuamente pastosa.»

A este hombre, casi desesperado, le dí la receta siguiente: 1) Cada semana, dos baños calientes, con cocimiento de paja de avena á 30—32° R. con tres alternativas (diez minutos en el baño caliente, y un

minuto en el baño frío); 2) cada semana dos medios fajamientos, empapados en un cocimiento de paja de avena, durante hora y media; 3) cada día dos tazas de infusión de cola de caballo y de granos de enebro, cocida durante diez minutos.

Al cabo de seis semanas, nuestro hombre estaba repuesto. Su cuerpo tenía de nuevo la forma regular; la hinchazón del vientre había desaparecido, así como el color oscuro. El rostro estaba fresco y las fuerzas restablecidas.

Un pobre obrero escribe: «En Noviembre de 1887 fuí atacado de una enfermedad de los riñones; pero, á pesar de esto, seguí trabajando hasta Enero de 1888. Entretanto quedé tan agotado, que tuve que estar en la cama durante once semanas. El médico que me asistía declaró que mi enfermedad provenia de enfriamientos y sudores paralizados, y que podía ser larga. En la orina se encontraba siempre un sedimento rojo oscuro; se la hizo examinar en la farmacia, y el resultado del análisis fué que aquel sedimento no era otra cosa que sangre. Aquellas continuas pérdidas de sangre me debilitaron de tal modo, que el médico temió para mí la hidropesía. Por esto examinaba todos los días los pies y el corazón; pero por ninguna parte apareció ningún síntoma de hidropesía. Como más tarde sentí alivio, volví al trabajo; pero veinte semanas después volvió la enfermedad y me hizo renunciar de nuevo á mis ocupaciones. Puesto que había consultado á los médicos y tomado toda clase de medicamentos, sin efecto sensible y duradero, escuché los consejos de algunos amigos y me dirigí á Wœrishofen. Em-

pleé la cura de agua, que me hizo inmenso bien.»

Este enfermo fué curado por el tratamiento siguiente, en el espacio de dos semanas:

1) Un día afusión superior y afusión de las rodillas por la mañana; medio baño de treinta segundos por la tarde. 2) Al día siguiente, loción de noche, saliendo de la cama en la madrugada; después paseo en el agua; por la tarde, afusión superior y afusión de las rodillas. 3) Afusión superior, y, después, afusión de las rodillas por la mañana; afusión dorsal y paseo en el agua por la tarde. Todo esto alternativamente durante tres semanas. 4) En fin, todos los días una taza de infusión de diez bayas de enebro machacadas con un poco de cola de caballo, tomada en dos porciones, mañana y tarde.

Un señor vino á contarme: «Tengo cerca de cuarenta años. Experimento constantemente fuertes dolores en la región lumbar, á veces casi insoportables, vómitos más ó menos fuertes, muchas náuseas, violento dolor de cabeza, vértigos, agruras en el estómago. La orina es muy escasa. Jamás estoy sin dolores en los pies y las piernas, y no puedo tenerme en pie sino muy poco tiempo. Transpiro abundantemente y siento gran flojedad; mi tez está siempre muy pálida y marchita. Los médicos—he consultado muchos—declaran que sufro una enfermedad de riñones y obstrucciones en el abdomen.»

Este hombre había perdido los ánimos por completo. No habiéndole dado resultado los medicamentos, vino á pedirme la salud por el agua.

Tratamiento: 1) Todos los días, dos afusiones superiores y afusiones de rodillas. 2) Todos los días

una afusión dorsal y dos ó tres paseos en el agua; á veces también, un paseo de una ó dos horas en la hierba mojada. Estábamos en verano; por consiguiente, las aplicaciones podían ser repetidas. Salió una cantidad extraordinaria de orina, las náuseas cesaron desde el segundo día, la tez se mejoró, volvieron la vida y los ánimos. En quince días fué completo el restablecimiento. Si no se hubiera estado en verano, la cura habría durado cuatro semanas.

Deberíamos hablar todavía de la de piedra y de los cálculos renales, que consisten en concreciones urinarias formadas en los riñones. Estos depósitos se llaman piedra cuando no adquieren grandes dimensiones, y cálculos renales cuando tienen cierto volumen. Volveremos sobre ello en el capítulo siguiente, donde se tratará de la piedra ó del cálculo en la vejiga.

XXI

ENFERMEDADES DE LA VEJIGA

Entre los estados morbosos del aparato vesical, citaremos el *catarro de la vejiga*, la *neuralgia de la vejiga*, la *retención de orina*, la *incontinencia de orina*, los *cálculos*, y la *piedra*.

1. Catarro de la vejiga.

Un señor escribe: «Tengo treinta años, y padezco desde hace tres de un catarro vesical, que me he atraído por una gran aplicación en mis ocupaciones, y, sobre todo, por la costumbre de aguantar durante mucho tiempo las ganas de orinar. Al principio llené todavía, durante dos meses, los deberes de mi cargo, en medio de grandes sufrimientos, hasta que un día me caí súbitamente, estando en la mesa. Estuve en la cama durante cuatro meses, y quedé tan mal, que mi cuerpo parecía un esqueleto; pesaba ochenta y dos libras. El médico me prescribió el agua de Wildungen (principado de Waldeck), de la

que bebí cerca de cien botellas, y baños de asien
calientes. A mi padecimiento se añadió un catarr
muy fuerte del estómago y de los intestinos. Des
pués de cuatro meses, á la llegada de la primavera
estaba mejor. Durante el verano, mi mal era sopo
table, aunque por intervalos sintiese todavía fuerte
dolores y la orina fuera muy frecuentemente, casi t
dos los días, turbia. El invierno me trajo de nuevo m
chos sufrimientos; hasta la primavera siguiente,
sobre todo el verano, no me repuse algo. Pero d
rante el invierno de 1887 aumentaban todos los día
mis dolores en la vejiga; la orina se hizo cada ve
más escasa y turbia, y tuve que guardar cama du-
rante tres semanas. Mis fuerzas físicas siguieron
disminuyendo. Mis extremidades inferiores estaban
habitualmente frías, y no podía entrar en calor, á
pesar de mi alcoba bien caldeada, de mis cinco
calzoncillos y mis tres pares de calcetines: me iba á
escape. El médico repetía quo debía mantenerme
caliente, y contra la afección vesical recetó, ora el
agua de Wildungen, ora el agua de Kronenquelle
(Silesia), de que he vaciado unas ciento cincuenta
botellas. Obedeciendo á consejos venidos de diferen-
tes lados, me decidí al fin á ir á Wœrishofen, así que
el tiempo lo permitiera.»

El paciente tenía el aspecto bien miserable, pero
no tosía. Le hice esperar el restablecimiento. Desde
el tercer día mejoró su color, disminuyeron los do-
lores de día en día, la orina fué más abundante y
más limpida, y al cabo de cuatro semanas declaró:
«Al presente soy otra vez el hombre alegre, ani-
mado y sano en otro tiempo; esto es el efecto del
agua.»

El resultado fué extraordinariamente favorable. Un médico que se dedica especialmente á las enfermedades de la vejiga, declaró á nuestro hombre perfectamente restablecido, y quedó pasmado de este éxito terapéutico.

El tratamiento había consistido en esto: Al principio, algunos baños de asiento hechos con un cocimiento de cola de caballo; luego, durante tres semanas, por mañana y tarde, una afusión superior y un paseo en el agua; después, baños de asiento alternando con las afusiones superiores, todos los días. Además de esto, té de cola de caballo y bayas de enebro en los comienzos.

2. Neuralgia de la vejiga.

Un maestro de escuela escribia: «Mi enfermedad es llamada por los médicos «estado de irritación nerviosa de la vejiga y del bajo vientre.» Desde hace unos quince años padezco de las vías urinarias, unas veces más y otras menos. Al principio de esta primavera volvieron los dolores con intensidad extraordinaria; me veía obligado con frecuencia, quince ó veinte veces durante la noche, á hacer águas con mucha prisa; la abundante orina que expelía encerraba gran cantidad de cristales salinos, después también de viscosidad. Al lado de esto sufría de estreñimiento continuo y de flato; á menudo, sobre todo de noche, me veía acometido de violentos temblores, principalmente en el bajo vientre, acompañados de una sensación de frío; á veces también sentía convulsiones nerviosas en las piernas.

Una falta completa de apetito, y el insomnio, me han debilitado en extremo.

Las aplicaciones fueron: 1) Todas las noches una loción completa; 2) un día el medio fajamiento, al otro la camisa empapada en agua caliente mezclada con sal; 3) todos los días una taza de infusión de cola de caballo, en la que se hacía hervir veinte bayas de enebro machacadas.

Este tratamiento continuó tres semanas, durante las cuales volvieron el sueño y el apetito, y desaparecieron uno después de otro los síntomas de la enfermedad. No quedó más que flojedad y dolor en las piernas, por los cuales le receté para el porvenir:

1) Una afusión superior todas las mañanas; 2) por la tarde, una afusión de rodillas; 3) algunas veces un medio baño.

Los últimos vestigios de la enfermedad desaparecieron bien pronto.

3. Retención de orina.

Un día fuí llamado á toda prisa á casa de un carpintero septuagenario, para prepararlo á bien morir, porque sufría una horrible retención de orina. Acudí, pero me fué imposible llenar mi ministerio, porque el enfermo no podía estar tranquilo, y corría de un lado á otro de la habitación, lanzando gritos de dolor. Su mujer, gimiendo y llorando con él, no sabía qué hacer. El médico vivía á dos leguas de allí, de manera que á su llegada ya no encontraría vivo al paciente. Dije que prepararan en seguida agua hirviendo, que prepararan al mismo tiempo una silla

agujereada y pusieran en el vaso un puñado de cola de caballo, sobre la cual fué vertida el agua en ebullición. Inmediatamente el enfermo se puso en la silla, y dejó el vapor caliente de la cola esparcirse por las partes doloridas. Le dije que estuviese en esta posición durante veinte á treinta minutos, y que luego se metiera en la cama. Me marché prometiéndole volver después de una hora, para darle los últimos sacramentos. Volví, y encontré al enfermo acostado tranquilamente en la cama y cubierto de un sudor abundante. Me contó con alegría que ya había evacuado cuatro litros de agua y que no sentía el menor dolor. Inútil, por tanto, ocuparse en prepararlo para la muerte. El día siguiente tomó todavía un baño de vapor de veinte minutos, como la víspera; el tercer día descansó, y el cuarto volvió á su trabajo. —Aquel hombre se había enfriado, y así había cogido su mal. Es increíble cómo una hierbecilla, empleada á propósito, puede aliviar y socorrer en momentos de dolores y de angustias.

Un labrador fué atacado de la misma enfermedad. Sufría espantosa necesidad de orinar y horribles dolores. El médico procedió al sondaje; pero, para colmo de desdichas, se rompió la sonda; de suerte que al mal existente se añadió un nuevo suplicio, uno y otro á cual más espantoso. ¡Qué martirio hasta que al fin fué extraído el pedazo de sonda que había quedado dentro del cuerpo! Se declaró una inflamación tal, que ya no hubo medio de pensar en el sondaje. El médico trató de penetrar en la vejiga con un instrumento. Pero fracasó en su intento, y declaró que ya no había medio de salvar al enfermo,

y que era tiempo de administrarle los sacramentos. Llegó el cura de la parroquia. Felizmente había oído hablar de la manera cómo yo había curado al carpintero de que hablo arriba. Inmediatamente fué empleado el mismo remedio, y el efecto no se hizo esperar; la vejiga se vació, desapareció la inflamación, y el enfermo se restableció completamente. Tomó todos los días dos de aquellos baños de vapor.

Además de esta aplicación exterior, es bueno tomar también té de cola de caballo, una taza cada día, repartida en dos ó tres porciones.

Un pobre jornalero tuvo, durante algunas semanas, grandes obstrucciones de la vejiga. El mal aumentó de día en día. Empleó los vapores de cola de caballo, que esta vez no produjeron efecto. Es que los vapores solos no eran bastante fuertes, y hubo que corroborar su acción con otros medios. Se hizo un cocimiento de cola de caballo, se empapó en él un lienzo hecho cuatro dobleces, se le retorció un poco y se le aplicó muy caliente sobre la parte enferma. Cada día, un baño de vapor de cola de caballo y un paño aplicado dos horas, fué remedio más que suficiente: en pocos días desapareció el mal. En este caso, también como en el precedente, había sido provocado por un enfriamiento, que esta vez no fué la única causa; había, además, causas secundarias. La orina hizo reconocer que se habían desprendido muchos elementos enfermos.

En un caso semejante he empleado, en vez de la cola de caballo, agua caliente mezclada con vinagre. Los paños empapados en este líquido y aplicados, produjeron el mismo resultado.

de simiente de alholva la rodilla hinchada. Después de seguido este tratamiento durante tres semanas, practicar lo que sigue: 1) Todos los días, afusión de la rodilla y del muslo enfermos. 2) Todos los días, durante dos horas, envoltura en flores de heno, como antes. 3) Todas las noches, aplicación de simiente de alholva, como en el tratamiento anterior.

Se siguieron estas operaciones durante tres semanas, al cabo de las cuales todo estaba curado. Las flores de heno habían resuelto y atraído afuera las materias morbosas; la simiente de alholva había ejercido sobre la tumefacción, en grado más intenso, la misma acción que las flores de heno; las afusiones habían puesto orden en la circulación de la sangre, calentado y fortalecido la pierna y el pie.

La causa de aquella enfermedad era una obstrucción de la sangre, que la tumefacción de la rodilla impedía circular en la pierna y el pie; de aquí la hinchazón del muslo. Tan pronto como pasó el tumor de la rodilla, la sangre pudo de nuevo penetrar en la extremidad inferior, y así es como el miembro entero recobró la salud.

III

ENFERMEDADES DE LOS MÚSCULOS

1. Dolores lumbares.

Santiago tenía hacía mucho tiempo vivos dolores en la región lumbar, y lo ensayaba todo para librarse de ellos, pero en vano. Parecíale á veces que salía una erupción en las partes doloridas; pero nunca se veía nada, pues la naturaleza no tenía fuerza para hacerla salir.

El paciente se friccionó firmemente la espalda con extracto de árnica, tres veces por día. Bien pronto disminuyeron los dolores, y, al cabo de tres días, salió en toda la espalda una fuerte erupción, que curó y desapareció en cuatro; con ella se fué también todo dolor.

Aquí tenemos la prueba de que el árnica es susceptible de dividir las sustancias morbosas en el cuerpo, á fin de que la naturaleza pueda echarlas fuera.

2. Afección del diafragma.

Una madre de familia vino á lamentarse de este modo: «Hace un año tuve una inflamación del diafragma, á la que se unió una peritonitis. Desde entonces no puedo entregarme más que á ocupaciones ligeras, y siempre tengo mal el vientre y el pecho. Mi cuerpo está habitualmente hinchado; á veces tengo una fuerte diarrea, luego viene de nuevo el estreñimiento. He tomado muchas medicinas, pero sin resultado.»

Hay en esta persona una gran debilidad, á consecuencia de su enfermedad. Su organismo no ha sido purificado de los principios morbíficos; he aquí por qué sufren todavía algunas partes del cuerpo. La salud no volverá sino cuando sean expulsados todos los elementos superfluos, y fortalecida la naturaleza. Este objeto se alcanzará con las aplicaciones siguientes:

1) Cada semana, dos medios fajamientos, empapados en un cocimiento de paja de avena. 2) Cada semana, dos compresas superiores é inferiores muy frías, aplicadas durante cuarenta y cinco minutos. 3) Cada semana, dos afusiones superiores. 4) Todos los días, una afusión de las rodillas ó paseo con los pies desnudos.

Continuar así durante doce días. Luego: 1) Un medio baño todos los días; y 2) cada semana tres afusiones superiores.

Para uso interno: 1) Todos los días una taza de té de hierba de San Juan, de corazoncillo y de un poco de ajenjo, repartida en tres porciones. 2) Comer seis ú ocho granos de enebro por día. 3) Sopa de salud, mañana y tarde; por lo demás, alimentación sencilla y confortante.

Al cabo de seis semanas, la enferma estaba completamente curada. Los medios fajamientos habían disuelto y absorbido las materias malsanas; las compresas habían tenido un efecto resolutivo y corroborante, lo mismo que las afusiones; la tisana había mejorado los humores y la circulación de la sangre; el ajenjo había servido para el estómago; las hojas de enebro habían favorecido la digestión, fortalecido los órganos, expulsado los gases y ejercido una acción beneficiosa sobre los riñones.

3. Atrofia muscular.

Queremos hablar aquí de un estado de debilidad muscular, que no es una consecuencia de enfermedad. La atrofia, procedente de una falta de nutrición, consiste en la disminución de volumen y de peso; es general ó parcial.

Un señor de la Baja Franconia llegó aquí en un estado tan miserable, que no pudo bajar solo del carruaje. Se arrastró hasta mi casa lentamente, con un trabajo infinito, apoyado en dos fuertes bastones. «Hace seis años, me contó, comenzó á estar mal mi pierna izquierda; la rodilla se hinchó, y el dolor aumentó de semana en semana. La pierna perdió poco á poco su vigor, y me parecía que se deterioraba totalmente. Cuando me despertaba por la noche y mi pie izquierdo llegaba á tocar á su compañero derecho, sentía que éste estaba frío como el hielo, que estaba como muerto.—He consultado á un médico de nuestro pueblo que me aconsejó y recetó mucho. Otro médico electrizó mi pierna setenta veces. Otros hicieron otras cosas. Ninguno me ha soco-

rrido. No tenía, pues, otra esperanza que quedar baldado; cuento solo veintinueve años.»

¿Dónde residía el mal en este caso? No era otra cosa que la obstrucción de la sangre en el muslo y la rodilla, de suerte que no llegaba la suficiente á la pierna; por tanto, el calor físico disminuía en dicho sitio cada vez más, de tal modo que el miembro debió necesariamente enflaquecer y estropearse. Con el tiempo, la circulación de la sangre se hacía más irregular aún, y el mal aumentaba. Para obrar la curación fue preciso, desde luego, pensar en restablecer el torrente circulatorio, de manera á nutrir y á calentar de una manera uniforme todos los órganos, y por tanto el organismo en su conjunto. A este efecto, prescribí:

1) Cada día, dos afusiones superiores y dos afusiones crurales. 2) Cada día, dos paseos con los pies desnudos en la hierba mojada; porque estábamos en primavera. 3) Cada día, una taza de infusión de granos de enebro y de ajenjo, á tomar en tres porciones, mañana, mędio día y tarde.

El resultado fué sorprendente; después de dieciséis días había pasado todo dolor, la circulación de la sangre estaba en regla, y nuestro hombre se fué lleno de alegría. Durante la cura había observado cómo, después de la segunda afusión crural, la sangre, procedente del muslo, había entrado en la pierna y en el pie, y cómo estos miembros habían sido calentados por ella con una rapidez asombrosa.

Las afusiones de los muslos aceleraron el movimiento de la sangre, disipando así sus obstrucciones en lo bajo del cuerpo; las afusiones superiores produjeron el mismo efecto en el tronco, así como en los brazos que, muy poco nutridos, comenzaban ya á debilitarse; la tisana, por su parte, mejoró la digestión. He aquí cómo en poco tiempo fué reconfortado el organismo.

Un maestro herrero, de cuarenta y seis años de edad, vino á quejarse de este modo: «Desde hace dos

años, mis manos han perdido de tal modo su vigor, que no puedo manejar convenientemente el martillo. Mis brazos no tienen más que la tercera parte de su fuerza de otro tiempo, y se han puesto la mitad de delgados; en lo demás, me encuentro bastante bien. Sólo siento, desde hace seis meses, que mis pies y mis piernas se hacen igualmente más débiles, y, sobre todo, hacia la noche, me duelen más. El apetito es bastante bueno, no tanto, sin embargo, como antes. Además, experimento á menudo una violenta tensión en la parte superior de la espalda.»

En las manos adelgazadas, apenas vi dónde estaban las venas, y reconocí fácilmente que los brazos no estaban alimentados: de aquí la debilidad, la rigidez, la falta de calórico. Las obstrucciones de la sangre en la nuca y en las regiones vecinas podían haber impedido que aquélla se repartiese en todas direcciones.

El herrero debió, una vez por día, meter los brazos por completo en un baño caliente de flores de heno durante media hora, y, en otro momento, en agua fría durante dos minutos; á esto se añadía el chal tres veces por semana. Este tratamiento fué seguido durante quince días; los brazos se pusieron más firmes, las venas se hincharon, desaparecieron las obstrucciones. A partir de la tercera semana, se administraba al obrero, todos los días, una afusión superior con una afusión inferior, y tomaba, dos veces por semana, un baño caliente de flores de heno y un baño frío de brazos. Para uso interno, absorber, durante toda la duración de la cura, todos los días veinte gotas de ajenjo en agua caliente.

El herrero siguió, durante cierto tiempo todavía, tratándose de este modo y quedó apto para su profesión.

IV

ENFERMEDADES DEL TEJIDO CELULAR

1. Obesidad.

He aquí un señor de cuarenta y cuatro años, muy bien conformado, un gigante, excesivamente grueso. «No sé como hacer para respirar, me dijo; me cuesta todos los trabajos del mundo subir una escalera; tengo apetito, pero si como, aumenta la dificultad de respirar. Mis pies están hinchados y pesados como plomo. Los médicos pretenden que tengo una hipertrofia del corazón muy acentuada. Las medicinas que he tomado, el régimen que he seguido, nada me ha aliviado. Creo que si no tengo nada que esperar de vos estoy muy cerca del cementerio. ¿Qué hay que hacer?»

Hay que comenzar por tonificar esa naturaleza que se encuentra en un estado fofo, esponjoso, indolente; después hay que apretarla, para hacer desaparecer toda corpulencia superflua, para ablandar más los órganos interiores del cuerpo y para ponerlos en una situación favorable y cómoda. ¿Cómo conseguir este resultado?

1.° Acometamos desde luego lo alto del cuerpo con vigor; las partes inferiores serán, al contrario, tratadas con cuidado hasta que el organismo haya ganado en fuerzas.

2.° La mejor aplicación sería la afusión superior, administrada diariamente durante una semana, pero reforzándola cada día. Sin embargo, no estando el paciente en estado de encorvarse, nos contentaremos con lavarle el tronco dos veces al día, á fin de abrir los poros y aumentar la transpiración. Después de esto, se comenzará con las afu-

siones dorsales, de las que recibirá dos cada día durante una semana; hay que reforzarlas sucesivamente, yendo de cuatro á ocho regaderas de agua.

3.° Se harán diariamente dos afusiones crurales, para tonificar las partes inferiores del cuerpo.

4.° En el curso de la tercera semana se aplicará un medio baño el primer día, una afusión dorsal el segundo, un medio fajamiento de hora y media de duración cada uno de los días que restan. El medio baño y la afusión dorsal tienen un efecto tónico, mientras que el medio fajamiento obra sobre los órganos internos, de los que elimina todo lo que en ellos se ha acumulado de superfluo. Esta eliminación se efectúa, en parte por resolución y absorción; en parte por las deposiciones y las orinas.

5.° Para uso interno se emplearán tisanas susceptibles de expulsar los malos elementos y de mejorar la digestión: al principio la tisana de ajenjo, de salvia y de romero; después la tisana de cola de caballo, de enebro y de flores de endrino. Estas dos clases de tisana tienen una acción favorable.

Para todo lo demás, el paciente debe atenerse á su género de vida, á sus costumbres anteriores, con relación á la comida y á la bebida. Porque, en mi opinión, es imprudente y peligroso modificar de pronto la manera de vivir, renunciar á costumbres inveteradas para adelgazar el cuerpo por la reducción de raciones, por la privación de alimento. Como los órganos del cuerpo son numerosos y cada uno de ellos sirve para otros fines y tiene necesidad de otra nutrición, no se puede condenar la variedad en los alimentos; al contrario, la recomiendo.

Me creo, sin embargo, obligado á dar á las personas sujetas á la gordura el consejo de mortificarse un poco, de privarse de ciertas cosas; porque, por regla general, comen y beben más de lo necesario para vivir.

2. Hidropesía.

Berta tenía la difteria con una fiebre ardiente hacía algunos días, de tal modo que no se esperaba que se salvara. Sin embargo, se restableció; pero he aquí que un día la atacó la hidropesía: la niña se hinchó extraordinariamente de prisa. Le pusieron entonces, dos veces al día, una camisa empapada en agua salada, que se le dejaba durante hora y media, y la metían, una vez al día, en agua durante el espacio de cinco segundos. Para uso interno tomaba diariamente una taza de infusión de saúco, repartida en porciones de dos cucharadas por hora. La niña comenzó muy pronto á transpirar fuertemente, y la hidropesía desapareció en poco tiempo.

3. Heridas y contusiones.

¿Cuántas veces no sucede que, á pesar de todas las precauciones, se hiere alguien? Semejante accidente pone á menudo á las gentes en un conflicto. Algunos conocen sin duda algún remedio útil para el caso; pero, con frecuencia, se acude á remedios que no merecen este nombre y que no tienen ninguna eficacia.

En todos los casos de herida ó de contusión, el primer remedio, el más sencillo, el más eficaz, es la tintura de árnica. El llantén presta igualmente preciosos servicios, y no sabría recomendarlo bastante almismo tiempo que el árnica. No debería haber una sola familia que no tuviera en reserva un frasco de esta tintura para acudir á él en los casos imprevistos.

Úsase á menudo el ácido fénico, desleído en agua, para lavar las llagas. La tintura de árnica, desleída en agua, presta los mismos servicios, sin ser un veneno violento como el ácido fénico.

Sobreviene una herida; se lava cuidadosamente con agua mezclada con tintura de árnica: un cuarto

de litro de agua por cucharada de tintura. Luego se unen exactamente los bordes de la herida, tan bien que los tejidos queden, tanto como sea posible, en su posición natural, y se pone un lienzo. Sobre este lienzo se aplica algodón empapado en árnica y se cubre todo con una venda. El dolor se calma casi súbitamente y no vuelve; la curación se opera de una manera muy dulce. Para las heridas pequeñas basta una sola cura. En los casos más serios hay que ver si se forma absceso. En este caso se le lavará y cubrirá con algodón empapado en árnica. Todas las heridas y contusiones, tratadas de este modo, se curan rápidamente y sin dolor.

Una joven se hizo una profunda cortadura en un dedo, hasta el punto de dejar el hueso al descubierto. Sin perder tiempo fué lavada cuidadosamente la herida con agua mezclada con algunas gotas de árnica, á fin de quitarle todo lo que pudiera ensuciarla. Después se juntaron los bordes de la herida, sujetándolos con una venda impregnada en tintura de árnica. Por encima de esta primera venda se puso una capa de algodón igualmente empapada en árnica, y se cubrió todo con una segunda venda. Inmediatamente desapareció el dolor. Al día siguiente se quitó parte del vendaje, tanto como era necesario para poder verter algunas gotas de tintura en la herida. Como no había el menor dolor, se esperó cinco días para quitar todo el vendaje; aquello estaba completamente cicatrizado y curado.

A un jornalero cayóle una hoz en un brazo, y le hizo una cortadura tal, que se habría podido meter un dedo en ella. Inmediatamente fué lavada la herida y estrujaron hojas de llantén, dejando correr el jugo en la cortadura. Después fué cerrada sólidamente y se la cubrió con una capa de hojas de llantén. Todos los días se echaban sobre la venda algunas gotas de jugo de dichas hojas, de modo que se

humedeciera la herida. Los bordes se soldaron prontamente.

He aquí cómo se prepara el jugo del llantén: se machacan las hojas frescas en un mortero, ó bien se las pica con una cuchilla, se las pone en un pedazo de lienzo y se las comprime fuertemente. Si no se necesita mucho, se toman seis ú ocho hojas, se las estruja entre los dedos y se exprime el jugo necesario para la herida.

El árnica es un remedio precioso y seguro, no sólo para las casos de herida, sino también para toda clase de contusiones. Un caballo tuvo, á consecuencias de una coz de su compañero, muchas contusiones en una pata trasera; los clavos de las herraduras habían hecho muchos agujeros profundos, la sangre corría abundantemente, la pata herida no podía servir. Me dije al pronto que el mejor partido que había que tomar era abandonar aquel caballo, tanto más cuanto que era muy viejo. Pero teniendo allí una excelente ocasión de poner á prueba el árnica, preparé un líquido, mitad agua, mitad tintura de árnica, é hice lavar bien los tejidos heridos. Esta operación fué repetida dos veces por día, y con gran asombro mío, las heridas, lejos de supurar, curaron con una rapidez extraordinaria. No se necesitaron más que muy pocos días para poner al caballo en el mejor estado de salud; hasta las cicatrices desaparecieron completamente, sin dejar las menores huellas. Después de doce días, el caballo pudo trabajar como antes. El árnica no cura, pues, sólo las heridas, sino también las contusiones procedentes de un golpe, de un choque, de una presión cualquiera.

Una Condesa se cayó por una escalera y se produjo dos manchas lívidas que le causaron violentos dolores. Se le aconsejó que hiciera una infusión de flores de árnica en vino, que empapara compresas en esta infusión, que las aplicara en las partes contusionadas y las renovara cada dos, ó al menos cada

cuatro horas. Los dolores cesaron en seguida, desaparecieron las equimosis, y la curación fué completa en poco tiempo. El árnica puede ser empleada con agua, con vinagre y con vino; de todos modos presta servicios. Por lo demás, basta tenerla en agua pura durante un cuarto de hora; el efecto no dejará de producirse, pero será mucho más débil.

Un albañil se cayó del andamio, y recibió tal golpe en el muslo derecho, que no podía tenerse en pie. El médico lo examinó y acabó por comprobar que el hueso estaba ileso, que no había más que fuertes contusiones. Hay la costumbre, en casos semejantes, de hacer compresas frías, á fin de que no se desarrolle un calor demasiado ardiente. Yo apruebo esta costumbre, porque estas compresas ejercen una acción resolutiva; pero el efecto es mucho más rápido si se comienza por locionar la parte herida con la tintura de árnica. Se consigue el objeto de la mejor manera posible si se aplica un pedazo de lienzo impregnado de tintura de árnica y se pone encima una compresa fría. Se deja la compresa de debajo, mientras que se renueva con frecuencia la de arriba, empapándola cada vez en agua fría, mezclada con árnica.

4. Mordeduras y picaduras.

Se teme mucho, y no sin razón, las mordeduras de los perros. Hay que cuidar de que esas mordeduras sean lavadas tan pronto como sea posible, exprimiendo cuidadosamente todo lo que pueda haber encerrado en ellas. Si una herida sangra, ordinariamente no es peligrosa; cuando, por el contrario, no corre la sangre, los principios nocivos penetran fácilmente en las partes lesionadas y en la sangre.

Un muchacho de quince años fué mordido en la pantorrilla por un perro arisco, tan profundamente como pudieron penetrar los dientes. Grandes eran

los dolores, y no menos grande el temor de que la mordedura pudiera tener malas consecuencias. Como se tenía árnica á mano, se lavó cuidadosamente la herida con tintura desleída en agua, sacando de la mejor manera posible la sangre; luego fué cerrada aquélla, se le aplicó un pedazo de lienzo empapado en árnica y se la vendó cuidadosamente. Los dolores desaparecieron, no hubo fiebre, y la curación fué completa en pocos días.

Un carretero fué mordido en el brazo por un caballo: del hueso colgaba un gran pedazo de carne; la sangre corría con abundancia. Se apresuraron á lavar la herida con agua mezclada con tintura de árnica; fueron puestas en orden, en lo posible, las partes desgarradas; se las cubrió con una capa de algodón impregnado de árnica, y se las vendó cuidadosamente para impedir que el aire llegara á la herida. No se presentó la fiebre, el dolor desapareció muy pronto, la carne arrancada se volvió á unir, y la mordedura curó tan bien, que no quedaron más que cicatrices apenas visibles. Cada dos días era empapado el algodón en tintura de árnica, para humedecer así la herida. ¿Qué otro remedio habría prestado mejores servicios en esta circunstancia?

Una persona de unos veinte años, fué picada por una avispa. La picadura dolía mucho y el brazo se hinchó fuertemente. La inflamación de la parte dañada se puso ardiente, y se temió un envenenamiento de la sangre. Mezclóse una parte de tintura de árnica con cuatro partes de agua, y se mojó en ella un lienzo para aplicarlo sobre la inflamación, renovándolo cada dos horas.

Este remedio alejó en poco tiempo todo peligro y toda inflamación.

5. Baño involuntario.

Una niña quiso andar por el hielo; éste se rompió, y la niña se sumergió hasta más arriba del pecho. Su hermana vió el peligro, acudió y quiso socorrerla; pero también sintió ceder el hielo bajo sus pies, y se metió en el agua hasta el cuello. Felizmente se encontraba allí cerca un hombre, y salvó á las dos niñas. Habían pasado de ocho á diez minutos en el agua glacial. ¿Qué hay que hacer en esta circunstancia?

Un hidrópata ordenó que las llevasen á escape á una habitación caliente, que las desnudasen rápidamente, que les pusieran ropas secas y que les hiciesen andar por la habitación caliente hasta que recobraran el calor normal. Añadió que había que darles sin tardanza una taza de té, para calentarlas también interiormente.

¿Hizo bien este hidrópata? Sí, hizo bien; esto era mejor que meterlas en una cama caliente. Con el paseo, la sangre se mantuvo en movimiento, lo que desarrolló el calor natural. En cuanto al té, se puede usar el ajenjo ó la manzanilla. Se podría también tomar una taza de leche caliente, que aún produciría más efecto haciendo cocer en ella un poco de comino ó de hinojo. La leche debe beberse tan caliente como sea posible.

V

ENFERMEDADES DE LA PIEL

1. Fiebres eruptivas.

Cuando la primavera esparce la vida en la naturaleza y todo comienza á reverdecer, se puede notar que la mayoría de los árboles tienen ciertas ho-

jas que amarillean y mueren; sucede esto, sobre todo, en los árboles jóvenes. Estas hojas han estado enfermas desde los primeros días de su existencia.

Lo mismo sucede en la especie humana. Semejantes á plantas jóvenes, los niños tienen á veces, desde las primeras semanas, los primeros meses, los primeros años, manchas rojas en la piel: se las llama *escarlatina*, *sarampión*, *erisipela*, etc. Estas enfermedades arrebatan todos los años millares de tiernas vidas; pero estoy bien convencido de que una madre bien vigilante no pierde uno de sus hijos, con tal que estén bien constituídos.

Estas enfermedades no se encuentran sólo en los niños; atacan también á los adultos, aun á las naturalezas más vigorosas. ¿Y por qué? Las razones son múltiples: una alimentación malsana no da la mejor sangre; el aire viciado de la alcoba ejerce una acción deletérea; las costumbres de molicie hacen el cuerpo flojo y sensible. Cuando este estado se hace crónico, el organismo ni siquiera puede expulsar todos los elementos morbosos, y la salud va para atrás. Citemos algunos ejemplos:

Una madre advierte que su hijo de dos años no tiene el sueño tranquilo, que llora y grita. Nota un calor extraordinario en el niño, y de pronto observa en él manchas rojas, una erupción. Esta es la señal de que el cuerpo del niño encierra algo malsano, que se manifiesta afuera. ¿No es esto como si alguien mirase por la ventana?

Este es el momento de poner al niño una camisa empapada en agua caliente, mezclada con un poco de sal, de envolverlo en una cubierta de lana, y de acostarlo. No tardará en dormirse. Así que se despierte, se le quitará la camisa y se verá que se han formado ya muchas manchas, y que han sido eliminados los elementos morbosos. Si, algunas horas más tarde, el niño tiene otra vez fiebre, se le lavará á toda prisa con agua fría, sin secarlo. Esta loción

podrá ser repetida dos ó tres veces durante el día, según que el calor interno sea más ó menos ardiente. En cuanto á la camisa, se le puede aplicar todos los días. No se habrán pasado tres ó cuatro, cuando ya el niño estará desembarazado de todas las materias superfluas, y prosperará de nuevo.

El pequeño Máximo, que cuenta seis años, tiene dolor de cabeza, mucha fiebre, nada de apetito, y una sed ardiente. La escarlatina reina en el pueblo, y se teme que esté atacado de ella. Como el niño no puede estar en pie y su cuerpo arde, hay que lavarlo totalmente cada hora y continuar así durante uno ó dos días, hasta que se calme el ardor de la fiebre. Si ésta vuelve, se repiten las lociones. Si sale la escarlatina, tanto mejór; seguir las lociones. Si, por el contrario, no aparecen las manchas de la escarlatina, es que los elementos morbíficos han sido ya eliminados por los poros. En cualquiera de ambos casos, la curación está hecha.

Una niña de ocho años se queja de que le duele todo el cuerpo: no puede andar, ni siquiera tenerse en pie, y en la pierna derecha tiene dos grandes manchas rojas, que arden vivamente. La niña tiene materias morbosas en su cuerpo: hay que lavarla toda muchas veces al día, ó bien ponerle muchas veces por semana una camisa gruesa mojada, y dejarla bien arropada en la cama durante hora y media. Cuantas más manchas asomen, más de prisa irá la curación. No temáis que las lociones puedan hacer daño en el caso de fiebre eruptiva. Tenemos la prueba de que estas aplicaciones de agua provocan la erupción.

Una pobre mujer me enseñó un día su mano, que estaba de un rojo escarlata; un derrame continuo había corroído la piel. Me rogó que curara su mal, que duraba hacía seis semanas; todo lo que había hecho quedó sin resultado, y no había impedido que

la afección se extendiera y progresara más. Al principio había sido una pequeña erisipela, á la que nunca habría creído dar importancia.

Le aconsejé que empleara el medio siguiente: Dos veces al día, fajadura de la mano en flores de heno abiertas, de manera que toda la llaga quedara bien tapada. Las flores de heno no debían estar demasiado calientes; bastaba un calor agradable. El fajamiento quedaría aplicado durante dos horas.

Al principio la llaga parecía hacerse más grande; pero, después de seis días, la mano comenzó á mejorarse, y, al cabo de doce, estaba curada. Aquella mujer había estado siempre sana, y no había tenido nunca semejante erupción. Su mal no había sido, pues, más que una erisipela muy virulenta; por el mismo motivo la eliminación rápida fué seguida de una pronta curación.

Un señor me hizo la relación siguiente: «Tengo una erupción en el cuero cabelludo, bajo la barba y en el hombro. En la garganta y en el paladar experimento á menudo dolores ardientes. He consultado á cuatro médicos; me he dado muchas fricciones, he usado muchos ungüentos, me he lavado la cabeza con toda clase de preparaciones líquidas, he bebido aguas minerales. Mi estado, lejos de mejorar, no hace más que empeorar. ¿Qué hacer para desembarazarme de esta enfermedad?»

Respuesta: 1) Cada semana, dos baños de vapor de la cabeza, cada uno de veinte minutos y seguido de una loción enérgica. 2) Todas las noches, loción total del cuerpo. 3) Todos los días, una taza de infusión de cola de caballo y de diez ó doce granos de enebro, que se hará cocer durante diez minutos y se repartirá en tres porciones. Continuar este tratamiento durante tres semanas.

La erupción provenía de un estado morboso de todo el cuerpo. Los baños de vapor abrieron los poros, resolvieron y eliminaron lo que había de morboso. Las lociones dieron al organismo bastante

fuerza para la eliminación. El té produjo una acción resolutiva y purificó el cuerpo.

Una joven de veintiséis años cuenta: «Hace dos años me mojé fuertemente, y, á consecuencia de ello, tuve una gran fiebre. Desde entonces no me encuentro bien. No tengo apetito; no puedo dormir; estoy de tal modo agotada, que no puedo ocuparme más que de los trabajos pequeños de la casa. Cada cuatro semanas tengo muchos calambres, y siempre una erupción, ya en la espalda, ya en los muslos ó en otras partes del cuerpo. Cuando ha salido la erupción, me encuentro bien; cuando desaparece, me siento muy mal.»

Toda la naturaleza de esta joven sufría un gran trastorno; había perdido la transpiración, á consecuencia de lo cual se habían acumulado en el cuerpo materias morbosas que buscaban una salida, bien tanto por un lado, bien por otro. Era, pues, preciso que las materias morbosas fueran expulsadas, que el trastorno en la circulación de la sangre fuera alejado, y que fuera reanimado y fortalecido todo el organismo.

Tratamiento: 1) Cada dos días, loción total con agua salada, lo que aumenta el calor natural y provoca la transpiración igual. 2) Cada tres días, medio fajamiento empapado en una infusión de flores de heno, lo que resuelve y absorbe los elementos morbosos. 3) Cada tres días, afusión superior y afusión de los muslos, lo que reconforta el cuerpo y estimula las funciones de todos los órganos. 4) Cada dos días, medio baño, lo que ejerce sobre toda la naturaleza una acción corroborante y eliminatriz. 5) Para uso interno, todos los días, lo que se puede coger con dos dedos de polvo blanco, que es un fortificante, y una taza de infusión de salvia y ajenjo, que hace buen estómago, buenos jugos y produce buena circulación sanguínea.

Todo el cuerpo de la enferma fué puesto en orden en el espacio de cuatro semanas. Para afirmar y

conservar la salud, continuó tomando dos ó tres medios baños por semana. Después de la cura, se sintió tan bien y tan contenta como mal se había encontrado antes.

2. Sudor de pies.

Un elegante de dieciocho años vino á consultarme sus desdichas: «Desde mi infancia, dijo, me sudaban mucho los pies; pero no se hacía caso porque, después de todo, me encontraba sano, aunque siempre un poco débil. Hace dos años, el sudor sufrió por sí mismo una detención; y, á partir de aquel momento sentí un poco dolor de cabeza, que aumentó de tal modo que me fué imposible continuar los estudios. Como los médicos no han podido aliviarme y curarme, me he decidido á ensayar la cura de agua.»

¿Cómo diagnosticar este caso, y cómo remediar el mal? Desde su infancia el joven no había tenido buenos humores, ni, por consiguiente, buena sangre. Se comprende, sin embargo, que su estado general debía ir agravándose con los años. Hubo, pues, que eliminar los jugos viciados y preparar una sangre mejor, mientras que al mismo tiempo fué necesario fortalecer el cuerpo en su conjunto y en sus partes.

Así, nuestro estudiante recibió cada día: 1) Dos afusiones superiores y dos afusiones de rodillas. 2) Seis ú ocho granos de enebro. Hágase así durante ocho días. Además, tómese, cada día, un medio baño y dos afusiones superiores, y sígase la cura de enebro.

En el curso del tratamiento, el joven se quejaba siempre del mal olor que tenía en la boca, olor tan desagradable y fétido como el sudor de los pies. Al mismo tiempo arrojaba una masa de flegma nauseosa, prueba de que los elementos viciados estaban resueltos y eliminados. Después de tres semanas tenía buen aspecto, había desaparecido el color gris y

marchito de su cara, y ya no tenía más dolor de cabeza.

Para aguerrir el joven organismo y preservarlo de las recaídas, fué necesario tomar todavía, durante cierto tiempo, primero tres, después dos medios baños por semana, lo que produjo el mejor efecto posible. Las afusiones fortalecieron toda la economía y aumentaron el calor natural, lo que facilitó la exhalación de todos los principios morbosos á través de los poros. Los granos de enebro mejoraron la digestión, la sangre y los jugos. Los medios baños hicieron lo demás para el restablecimiento de la salud. En vez de las tazas de enebro, se habría podido tomar también una taza de té por día, té hecho de una mezcla de ajenjo, salvia é hinojo.

VI

ENFERMEDADES DE LA SANGRE

1. Circulación de la sangre.

Hablemos ahora del trayecto que recorre incesantemente la sangre para ir del corazón á las extremidades del organismo, y para volver de éstas al corazón. Nada hay en el cuerpo del hombre más importante que una circulación bien ordenada de la sangre: esta es la cosa más esencial para mantener un buen estado de salud. Se puede decir que el hombre más dichoso es aquel en quien la sangre circula bien; no hay desgracia más grande que la que resulta de una perturbación notable del torrente circulatorio.

De la sangre es de lo que vive el cuerpo en su conjunto, así como cada miembro en particular. He aquí

por qué es preciso que la sangre se reparta en todas direcciones, y esto por medio de pequeños vasos llamados arterias, á fin de que cada parte, hasta la más insignificante, reciba su alimento. De la sangre procede, no sólo la vida, sino también el calor natural: allí donde falta calor, falta sangre. El calor del cuerpo nos indica cuánta sangre tiene y cómo se encuentra ésta. Si pues en alguna parte hay ausencia de calor, es que también hay allí ausencia de sangre, y los mayores trastornos de la salud son su consecuencia.

Hay personas cuyas piernas están de tal modo debilitadas, que no pueden sostener el cuerpo. Preguntadles si tienen los pies calientes, y os responderán casi la mayor parte de las veces: «Casi siempre están fríos, rara vez calientes.» Es que sus pies sufren hambre, no están convenientemente nutridos. Sucede con frecuencia que una mano ó un brazo, un pie ó una pierna, comienza á adelgazar, á secarse, á atrofiarse. ¿Cuál es la causa? El miembro en cuestión apenas recibe sangre, y se ve reducido á deteriorarse, á morir de hambre. Puede suceder que una arteria esté obstruída, y la sangre no encuentra paso libre para llegar al brazo ó á la mano, á la pierna ó al pie.

Es, pues, de la mayor importancia, querido lector, que tu sangre circule bien, que llegue á todos los miembros, que nutra bien todas las partes. Si en la taberna se encuentran alrededor de una mesa, comiendo y bebiendo bien, hombres formales, hay vida y animación. Si, por el contrario, la concurrencia se compone de borrachos y de malas personas, todo está patas arriba, en confusión, y los hombres honrados se retiran. Lo mismo sucede con la sangre que, en su viaje circulatorio, puede acumularse en ciertos sitios del cuerpo: en este caso engendra un gran calor, un calor ardiente, y la consecuencia es la agitación, el desorden. Hasta puede producirse tal efervescencia, que se creería asistir á la destrucción del organismo humano, resultando de ello detrimen-

to para el espíritu y para el cuerpo. Basta citar la enajenación mental y la locura furiosa, enfermedades cuya causa remonta con frecuencia á perturbaciones de la sangre. Esto es verdad, no sólo en grande, sino también en pequeño, hasta en las menores arterias y venas, ó hasta en los vasos capilares. La más ligera congestión sanguínea, aunque no se tratara más que de alguna gotilla, puede causar una inflamación, una tumefacción, un calor intenso, muchos dolores, y no habrá descanso hasta que lo superfluo sea eliminado, sea por la transpiración, sea por un pequeño absceso.

Si la sangre encuentra obstáculos en su curso, se acumula y se altera. El agua de manantial es pura y clara, mientras está en movimiento, y se altera cuando se estanca; de la misma manera la sangre se deteriora, cuando las obstrucciones le impiden circular: accidente que puede contribuir también á la infección purulenta de la sangre, que la menor cosa ocasiona á veces tan fácilmente. A pesar de los atascamientos de la sangre, un hombre puede estar bien ó creer encontrarse bien más ó menos tiempo; en regla general, sin embargo, las consecuencias no son buenas, la mayor parte de las veces son desastrosas. Es muy cierto que el mayor número de los ataques de apoplejía tienen su razón de ser en estos atascamientos ú obstrucciones de la sangre.

Así, pues, si os interesa vuestra salud, si amáis vuestra vida y si queréis vivir mucho tiempo, hay que hacer de modo que el torrente circulatorio de vuestra sangre esté bien arreglado, bien uniforme. Porque entonces la sangre está en buenas condiciones, y la nutrición del organismo se opera de una manera igual, lo que es también muy ventajoso para el espíritu, que tiene precisamente mucho que sufrir de los atascamientos y del empobrecimiento de la sangre. A este respecto, el agua presta los más seguros y los más señalados servicios. El mejor molino va á la ruina, si la potencia del agua no le hace marchar bien. Esta misma agua será también el úni-

co medio propio para remediar los accidentes de que se trata y para obviar á las más tristes consecuencias.

2. Anemia.

Una mujer hace el relato siguiente: «Tengo treinta años, y mi hijo menor tiene ocho semanas. Estoy debilitada de tal modo que, á veces, sobre todo por la mañana, casi no puedo tenerme en pie. Mi cabeza está tan pesada y embarazada, que á menudo estoy aturdida. Casi no tengo apetito y me siento incapaz de cumplir mis obligaciones. Tomo café en el almuerzo, en la comida, y á veces también en la cena. Bebo cerveza y vino muy bueno, el vino que el médico me ha recomendado muy especialmente. A pesar de esto, estoy cada día peor.»

¿Qué es esto, y qué hay que hacer? Estamos en presencia de un caso de anemia, proviniente de una mala nutrición. El café encierra poco ázoe, pocos elementos nutritivos, y sale, por consecuencia, del estómago, con la leche y el pan, sin haber sido digerido. Esta mujer no tiene, pues, la nutrición necesaria. La cerveza nutre, sin duda, un poco, pero encierra muy poco ázoe, y, por tanto, no da más que poca y no buena sangre. El vino tampoco encierra más ázoe, más principios nutritivos. En consecuencia, la pobre mujer está debilitada físicamente, y desesperada moralmente. ¿Qué remedio podrá aliviarla?

Lo primero que hay que hacer, es reanimar, estimular, activar la naturaleza dormida y agotada. A este efecto, debe recibir todos los días una afusión superior y una afusión crural. La afusión superior fortalece la parte alta del cuerpo y la pone en una actividad mayor; la afusión de los muslos echa la sangre á las piernas y á los pies, al mismo tiempo que corrobora los órganos del abdomen. Tomará además, todos los días, una loción total, cuya acción se combinará con la de las afusiones, de suerte que

todo el organismo será corroborado, toda la máquina humana será puesta en actividad. Para obrar también en el interior, la enferma tomará, por la mañana y por la noche, una buena sopa de salud, y á medio día una comida sustanciosa, pero sin cerveza ni vino, y, sobre todo, sin café.

Después de tres semanas de este tratamiento, estaba restablecida la salud del cuerpo. La mujer comía con gusto la sopa higiénica, así como los otros platos, que antes no le gustaban. Su vigor físico creció de una manera extraordinaria; el calor natural se había desarrollado bien; tenía, pues, todo lo necesario para el restablecimiento completo.

Después que hubo recibido durante tres días, una afusión superior y una afusión crural, se le administró todos los días un medio baño, una afusión dorsal y una afusión superior. Así alcanzó en poco tiempo una salud perfecta. Si quiere cuidarse para el porvenir, tomará cada semana, al menos uno, ó hasta tres medios baños, cada uno de treinta segundos.

Una madre de familia me trajo sus tres hijas: Berta, Luisa y Marta, las tres enfermas. La mayor de catorce años, pálida como la muerte, y delgada como si no tuviera que comer; con el color fresco de la juventud perdió también toda la alegría. Estaba sin fuerzas, sin apetito, no quería más que café, bebía un poco de cerveza y de vino, lo que el médico le había ordenado para tener sangre. Iba vestida con ropas de lana y de mucho abrigo, y, sin embargo, tiritaba. La madre era regularmente alta y fuerte, criada en el campo y establecida en una ciudad.

¿Qué le faltaba á esta niña? La alimentación no basta al desarrollo del cuerpo; las bebidas enardecientes engendran una sangre acre; el sistema de la lana ablanda la naturaleza y favorece todas las enfermedades. El café, que hay que considerar como evacuante, es arrastrado fuera del estómago con la leche y el pan, sin digerir. ¿Cómo puede

prosperar un niño, privándole así de nutrición? El vino no da sangre; es como fuego que arde en el cuerpo.

Tratamiento. Berta debió: 1) Levantarse durante la noche, ser lavada enteramente y volverse á la cama. 2) Pasearse con los pies desnudos tres ó cuatro veces al día, durante media hora cada vez (se estaba en primavera). 3) Tomar un medio baño todos los días.

Esto para los quince primeros días. Después de esto: 1) Las lociones nocturnas no se hicieron más que dos veces por semana, con agua y vinagre. 2) El medio baño fué administrado dos veces por semana. 3) Recibió, dos veces por semana, una afusión superior, y una afusión de rodillas. 4) Debió pasearse con los pies desnudos todos los días.

Después de otras dos semanas no prescribí más que: 1) Dos ó tres medios baños por semana. 2) Dos afusiones superiores y afusiones de los muslos por semana.

En cuanto á la alimentación, la enferma tomó: 1) Una sopa de salud todas las mañanas y todas las noches. 2) Desde el desayuno, hasta el medio día, una cucharada de leche cada hora. 3) Desde medio día, hasta la cena, una cucharada de agua fresca cada hora.

La comida y la cena se componían de lo ordinario en una mesa burguesa. Se cambió la manera de vestir; en lugar de la camisa de lana, una camisa de lino; el cuello y la cabeza, algo desahogados; para lo demás, ropa sencilla.

En seis semanas, Berta estuvo en cierto modo metamorfoseada; su voz se hizo más fuerte y su aspecto floreciente, y la alimentación tan sencilla le parecía muy buena.

Las lociones totales reanimaron, fortalecieron y endurecieron todo su cuerpo. El medio baño contribuyó á aumentar el vigor y garantizó contra el enfriamiento y la flojedad. El paseo con los pies desnudos fortaleció, llevó la sangre de la cabeza á las extre-

midades, devolvió, sobre todo, la alegría, y produjo un efecto sorprendente sobre los órganos de la voz. Se puede, en general, mejorar mucho la voz, andando con los pies desnudos. La sopa de salud no sentaba bien al principio á aquella naturaleza, de ningún modo habituada á cosas semejantes; pero con el tiempo le tomó tanto gusto, que este plato llegó á ser su alimento predilecto. La cucharada de leche después del desayuno, favoreció muy particularmente la formación de la sangre. Las personas muy debilitadas no pueden absorber gran cantidad de leche, porque se coagula y se pone agria en el estómago; pero soportan una cucharada, y esto nutre. La cucharada de agua arregla las deposiciones, quita el calor superfluo y beneficia los jugos digestivos, diluyéndolos. Una cucharada por hora vale más que un vaso completamente lleno.

Las hermanas de Berta fueron tratadas de la misma manera, y curaron como ella. Planteemos una cuestión: ¿Cómo ocurre que los hijos de una madre fuerte y sana estén tan débiles? La madre, nacida y criada en el campo, había comido en una mesa frugal y rústica, sin muchas especias y sin bebidas alcohólicas; su vigor había aumentado con los trabajos campestres, cuando llevaba vestidos sencillos y aspiraba un aire fresco. Como tenía talento, estaba bien formada para la economía doméstica y poseía una buena dote, fué buscada por un negociante de la ciudad, que, por lo demás, encontró en ella una preciosa ayuda para su casa de comercio. Pero he aquí que toda su manera de vivir sufrió un cambio radical: en el almuerzo y la comida, el mejor café, la mejor cerveza y vino exquisito, en vez del agua y la leche; en lugar de las comidas sencillas y harinosas, una mesa fina y escogida. En compensación, aquella naturaleza, lejos de conservar su vigor de otro tiempo, se debilitó con el traje, la alimentación, las bebidas y el aire de la ciudad, y sus pobres hijas lo pagaron.

3. Obstrucciones de la sangre.

Una mujer de treinta y ocho años vino á consultarme la enfermedad siguiente:

«De cuando en cuando, dijo, uno de mis pies pierde toda sensibilidad y fuerza, y entonces aparece encima de la rodilla una inflamación bastante considerable, que en tanto se hace mayor, en tanto más pequeña. En la garganta tengo con frecuencia un absceso que se abre ordinariamente. Algunas veces también echo sangre por las narices, sin causa aparente. Desde hace algunos meses, mi gordura aumenta de un modo notable. Tengo la respiración penosa, y la mayoría del tiempo me siento excesivamente débil. ¿Qué debo hacer?»

Tratamiento: 1) Todos los días, una afusión superior y una afusión de los muslos. 2) Cada dos días, un medio fajamiento.—Seguir así durante doce días. Después, tres medios baños y dos afusiones superiores por semana.

Estas aplicaciones, empleadas durante cuatro semanas, devolvieron la salud á la enferma. ¿Quieres saber, amigo lector, cuál era el objeto de estas aplicaciones? No olvides que nos encontramos en presencia de obstrucciones de la sangre. La inflamación encima de la rodilla encerraba una de esas obstruciones, y, á consecuencia de la dilatación de las venas, se detenía la sangre en aquel sitio. El absceso y el arrojar sangre por la nariz, provenían igualmente de una obstrucción. Se necesitó, por consiguiente, regularizar el curso de la sangre. Los fajamientos tuvieron un efecto resolutivo, y las afusiones pusieron la sangre en marcha, fortalecieron los vasos, así como todo el organismo, é impidieron, por su acción corroborante, la formación de nuevas obstrucciones de sangre.

A un señor de cuarenta y ocho años, le dolía siempre la cabeza, hasta el punto de casi volverse loco. Todos los médicos consideraban su enfermedad

como un aflujo de sangre á la cabeza. Pero como no encontraba alivio ni con los medicamentos ni con los baños, vino á recurrir al agua fría. Desde las primeras aplicaciones comprobé que uno de los lados no tenía ni el mismo color, ni las mismas fuerzas que el otro. Deduje con evidencia que la sangre, obstruída en su paso, no podía distribuirse igualmente por todas las partes del cuerpo.

¿Quién podrá encontrar estas obstrucciones? Pueden existir en los hombros, en el vientre, en las articulaciones. Pero si suponéis que haya que obrar al azar, os engañáis. El hidrópata, al contrario, dirá: «Arrojaré los obstáculos de cualquier parte donde se encuentren.» El agua es capaz de hacer este oficio; en el presente caso tenemos la prueba.

El enfermo recibió cada día dos fuertes afusiones superiores y dos fuertes afusiones de los muslos, esto durante cuatro días; después cada día una afusión dorsal y un medio baño.

Al cabo de quince días el pulso irregular había vuelto á entrar en orden, el dolor de cabeza se había disipado, y desapareció la enfermedad.

Una señorita que experimentaba gran placer en bailar, había bailado mucho; también, esclava de la moda, dió en apretar su cuerpo con un corsé muy estrecho. El castigo no se hizo esperar: la sangre afluyó á la cabeza y le hizo sufrir cruelmente; los pies estaban siempre fríos; la sangre se hizo tan rara, que la menor ocupación pesaba á aquella joven, antes tan alegre. ¡Es inconcebible que las gentes se entreguen á una diversión que arruina la salud! No comprendo que se pueda tener gusto en usar corsé, cuando se conocen, sin embargo, los numerosos casos de muerte debidos á esta insensata prenda de vestir. Si la muerte no es siempre su consecuencia, es al menos siempre un inmenso perjuicio el que resulta de él para el cuerpo humano. En lo que menos se piensa, es en que la sangre se ve impedida á menudo de seguir su curso natural, de donde pue-

den provenir atascamientos y, por tanto, enfermedades.

Volvamos á la desgraciada joven. Fué curada primero por el alejamiento del corsé, y segundo por el uso del agua fría: un día, afusión superior y afusión de las rodillas, y medio baño el día siguiente. Las primeras aplicaciones vivifican la naturaleza y la ponen en actividad, mientras que las otras fortalecen todo el organismo.

«Hace seis años di una caida muy grave, me contaba un paciente; estuve á dos dedos de morir. Desde entonces, uno de mis lados apenas tiene fuerzas, á veces el pie no me sostiene. Siento que la debilidad invade cada vez más todo el lado, y con frecuencia el pie está frío toda la noche.»

El accidente ocurrido á este enfermo causó ciertamente, en la circulación de la sangre, una gran perturbación, que hubo que curar por los medios siguientes: 1) Lavarse enteramente en el curso de las primeras cuatro noches, saliendo de la cama; más tarde solamente una vez cada tres noches; estas aplicaciones estimulan la circulación de la sangre, multiplican el calor natural y fortalecen el organismo. 2) Los cuatro primeros días una afusión superior y una afusión de los muslos, lo que fortalece y activa la distribución de la sangre. 3) Después de la primera semana, todos los días una afusión dorsal y un medio baño, lo que activa más todavía la distribución de la sangre y fortalece el cuerpo.

Al cabo de cuatro semanas, todas las partes de éste gozaban de igual calor natural; por consiguiente la circulación estaba en regla. El lado débil se había afirmado mucho. Para aumentar la masa de la sangre y reconquistar todo el vigor, bastó tomar, en el porvenir, dos afusiones superiores y dos afusiones de los muslos, y uno ó dos medios baños por semana; además de esto, una alimentación sana y sustanciosa.

4. Esputo de sangre.

El esputo de sangre es una hemorragia pulmonar, designada en medicina con el nombre de hemoptisis.

«Hace dos años y medio, dijo un enfermo, escupí sangre y estuve en cama durante tres semanas, tosiendo mucho. Desde entonces sufro á veces de la tos, á menudo de la fiebre y del sudor. Los médicos llamaban á mi enfermedad un catarro pulmonar. El último á quien consulté, me dió píldoras de creosota, diciendo que, si no producían efecto, no debía esperar curación. No me han curado, y ahora vengo á ensayar la cura de agua.»

Este joven recibió: 1) Todos los días dos afusiones superiores y dos afusiones de las rodillas. 2, Cada día, una taza de infusión hecha con lo que cabe en los dos dedos de simiente de alholva y la mitad de esta cantidad de hinojo. Este tratamiento fué continuado por espacio de cuatro semanas, durante las cuales el enfermo expectoraba muchas flemas y evacuaba gran cantidad de elementos morbosos por las vías urinarias.

El enfermo sufría de un atascamiento general; pero como las partes internas no estaban todavía muy atacadas, las afusiones fortalecieron los órganos, resolvieron las flegmas y aumentaron el calor natural, mientras que las tisanas depuraron el interior. Así es como la máquina fué puesta en buen estado, y la salud restablecida.

5. Pérdidas de sangre.

«Hace tres años que no estoy muy buena, refería una mujer; un día sufrí una abundante pérdida de sangre. Experimento en el pecho un calor tan intenso y una presión tan violenta, como si fuera á estallar. Luego la sangre se me sube con fuerza á la cabeza y me causa terribles dolores. Siempre que

me acometé la crisis, tengo los pies fríos como el hielo, y siento también gran frialdad en el bajo vientre.»

Estas indicaciones denotan claramente la anemia de una parte, y una acumulación de sangre en el pecho y en la cabeza. Las mejores aplicaciones que hay que hacer son estas:

1) Mojar un lienzo hecho cuatro dobleces en agua, mezclada con una tercera parte de vinagre, y aplicarlo muy caliente en el bajo vientre, operación que, repetida dos días después, atrae la sangre hacia las regiones inferiores y multiplica en ellas el calor. 2) Un día medio baño, otro día afusión superior y afusión de las rodillas, aplicaciones que fortalecen y calientan. 3) Para uso interno, una taza de infusión de hierba de San Juan, de salvia y de ajenjo; tomada todos los días en tres porciones, procura buena digestión, sangre pura y nuevos jugos.

La enferma se curó en cinco semanas.

6. Escrófulas.

Una mujer de cuarenta y cinco años tenía tres llagas, que provenían todas de abscesos, abiertas con lanceta, y que no querían cicatrizarse. La una, más larga de un dedo, se encontraba en el cuello; la segunda en el brazo derecho, detrás del codo; la tercera en la pierna derecha, encima de la rodilla. La enferma tenía poco apetito, y, como ella decía, mal estómago. Tenía los rasgos ajados, la tez pálida; estaba abatida y desanimada, porque desde hacía años había consultado á muchos médicos, y ninguno había podido socorrerla. En fin de cuentas, vino á recurrir al agua.

Desde luego vi lo que necesitaba: era escrofulosa por completo, aunque fuera bien constituída. Le habían cortado glándulas del cuello; las otras ulceraciones procedían igualmente de tumefacciones glandulares.

Tratamiento: 1) Todos los días una afusión supe-

rior, una afusión crural, una loción entera de noche, durante ocho días. 2) Afusión superior, afusión dorsal, afusión crural, un medio fajamiento por semana, durante quince días. 3) Todos los días, dos afusiones superiores y dos medios baños. 4) Al interior, tres clases de té: simiente de alholva con un poco de ajenjo; salvia con corazoncillo y hierba de San Juan, tusílago con llantén y centáurea.

La enferma fué curada radicalmente en cuatro semanas. Las ulceráciones supuraron al principio, luego se cerraron por sí mismas. No se les aplicó más que un poco de algodón. La mujer arrojaba muchas mucosidades, lo que purificaba su naturaleza. Se contentaba con una mesa sencilla y ordinaria.

Fué librada de su enfermedad, según mi principio fundamental: resolver los malos elementos, expulsar lo que ha sido resuelto, fortalecer el organismo.

Me trajeron un niño de nueve años, en el estado siguiente: Tenía en una pierna tres aberturas fistulosas con bubones supurativos, y dos aberturas semejantes en el brazo, de las que había salido mucho pus. El cuello estaba rígido y algo hinchado, la tez pálida, y, en algunos sitios, brillante como porcelana. El pobre niño, que comía los alimentos malsanos con más gusto que los que habrían podido fortalecerle, jamás había estado sano, y no podía andar más que cortos trayectos; cuanta más edad tenía, más enfermo estaba. Sus hermanos y hermanas gozaban de buena salud, y su madre pretendía que la enfermedad había comenzado después de la vacunación.

Tratamiento: 1) Todas las semanas, tres veces la camisa empapada en un cocimiento de paja de avena, caliente, durante hora y media ó dos. 2) Todos los días, loción de agua fría con vinagre, aplicadas cuatro ó cinco horas después de quitar la camisa mojada. 3) Todos los días envoltura de las úlceras

en flores de heno abiertas, mantenidas durante dos horas.

En cuanto á la alimentación, el niño recibía todas las mañanas leche, en la que se hacía cocer hinojo. Todas las tardes comía un panecillo seco; por la noche una sopa de salud, hecha alternativamente con leche ó con caldo; á medio día una comida bien sustanciosa. El vino, la cerveza y el café fueron prohibidos. Se continuó así por espacio de cuatro semanas, durante las cuales se cicatrizaron las llagas, á excepción de una sola. El niño, aun costándole mucho trabajo contentarse con esta alimentación, tenía cara de bien nutrido; estaba alegre; sus fuerzas se reponían; el calórico de su cuerpo había aumentado.

Para el porvenir prescribí: Todos los días, medio baño de treinta segundos, acompañado de la ablución de lo alto del cuerpo; todos los días, loción del cuerpo con agua y vinagre; todas las mañanas una buena sopa de salud; por la noche sopa de salud con alguna otra cosa sencilla y sustanciosa; todos los días, absorción de seis granos de enebro. Este régimen fué seguido durante cuatro semanas, y trastornó completamente al pobre niño en lo físico y en lo moral. Las úlceras curaron todas. No quedaba nada que hacer, salvo atenerse á una alimentación sana, sencilla, sustanciosa, y á tomar un medio baño todos los días ó cada dos días.

Las materias morbosas que se habían acumulado en la economía, se transformaron en abscesos; procedían, sin duda ninguna, de la sangre viciada. No era posible otra cosa, puesto que el niño no tomaba más que alimentos que dan poca ó mala sangre; pedía ávidamente la cerveza y el vino, y le gustaban igualmente los dulces, y, naturalmente, también el café. El nuevo régimen, al contrario, daba buena sangre, una excelente nutrición á todo el organismo. Las fajaduras deshicieron los atascamientos y eliminaron los elementos morbosos. Las lociones y los medios baños entonaron el cuerpo y le dieron calor y actividad. Este enfermito nos hace ver cla-

ramente, como en un espejo, qué tristes consecuencias puede tener una alimentación mal comprendida.

7. Atonía de los niños.

La atonía es una falta de tono, una pérdida de fuerzas, un estado de debilidad. Señala un aminoramiento de la acción orgánica, de las fuerzas vitales, sin que haya una alteración determinada.

Un niño que cuenta cinco años está casi ciego y tiene en los dos lados del cuello glándulas grandes como nueces. Su cuerpo está extraordinariamente grueso é hinchado. No tiene apetito, no toma casi nada; todo lo más, acepta un poco de cerveza y de vino.

Este niño tiene la sangre viciada desde su nacimiento, ó bien se la ha viciado una alimentación mal elegida. En su consecuencia, le falta la evaporación conveniente, se han producido atascamientos en la cabeza, en el cuello, en el tronco, y la onda sanguínea no circula regularmente.

Tratamiento: 1) Todos los días, envolver al niño en flores de heno calientes y dejarlo así durante una hora. 2) Todos los días lavarlo, rápidamente con agua bien fria. 3) Todos los dias, tres ó cuatro veces darle leche cocida con hinojo molido, por cantidades de cuatro ó cinco cucharadas.

Continuar así durante doce días. Después de este tiempo, no hay que aplicar el fajamiento más que cada tres días, pero hacer la loción todos los días dos veces. Una vez bien el niño, hay que lavarlo diariamente con agua fresca ó darle un baño frío de cuatro ó cinco segundos.

El alimento debe ser bien ordinario, pero fortificante; servido en pequeñas porciones, pero á menudo.

El fajamiento de flores de heno resuelve y absorbe todas las superfluidades. El agua fría corrobora la

naturaleza y aumenta el calor animal. La leche nutre bien. El hinojo fortalece el estómago y elimina los gases.

Una madre de familia me trajo una hija suya de nueve años: «Mi hija, me dijo, tiene la coqueluche hace dos semanas. Cuando se presentan los accesos, la tos va creciendo cada vez más, de tal modo, que la pobrecita se pone amoratada y á punto de ahogarse. Con frecuencia se le hinchan las manos y los pies. El señor doctor dice que tiene un catarro nefrítico. Nada de lo que se ha hecho ha servido: pero al menos no ha empeorado el mal. La pobre niña no tiene ni apetito ni sueño. ¿Qué hay que hacer?

Tratamiento: 1) Todas las semanas, aplicar cuatro veces el gran fajamiento, desde los sobacos, y empaparlo en un cocimiento caliente de flores de heno. 2) Todas las semanas, dos baños enteros de agua calentada al sol, es decir, á la temperatura de unos 15° R., y durante treinta á sesenta segundos. 3) Todos los días, tres veces, tisana de corazoncillo, de hierba de San Juan y de ortigas, en dosis de cuatro á seis cucharadas.

Al cabo de quince días la niña estaba bien; la tos había desaparecido, los brazos y los pies no estaban hinchados, la orina tenía buen aspecto. Para mantener y afirmar la salud, la niña tomó por semana, durante algún tiempo, uno ó dos medios baños de treinta segundos.

Los fajamientos habían resuelto y eliminado todas las materias morbosas, vencido el calor excedente y la inflamación, llevándose al mismo tiempo la tos con sus violentas sacudidas. Los baños habían fortalecido todo el organismo y la naturaleza. La tisana había, en el interior, provocado la dispersión de todos los elementos alterados y malsanos. He aquí cómo curó la niña.

VII

ENFERMEDADES DEL SISTEMA NERVIOSO

1. Epilepsia.

Una niña de trece años tenía, generalmente durante la noche, convulsiones semejantes á los ataques epilépticos: en esos momentos se ponía rígida, lanzaba sonidos inarticulados, quedaba sin conocimiento. Al cabo de tres ó cinco minutos estaba concluído todo. Se pasaban á veces muchas noches sin que la pobrecilla experimentara nada; pero ordinariamente los ataques volvían dos y hasta cuatro veces en una sola noche. Desde que se encontraba afectada de esta manera, no tenía su buen humor, estaba triste y sombría, y sus fuerzas ya no se desarrollallen en proporción de la edad. Cada dos días le daban café. Tenía poco apetito, le repugnaban los alimentos sustanciosos, sobre todo la leche; prefería la cerveza negra. Sus manos y sus pies estaban casi siempre fríos.

Aquella niña no estaba bien nutrida, ni sana; tenía necesidad de una buena cura radical, cura consistente: 1) En una buena alimentación. 2) En la reconfortación del organismo. 3) En el aumento del calor animal. A este efecto prescribí:

1) Pasearse mucho, desnudos los pies, día por día, á fin de endurecer el cuerpo. 2) Todos los días, paseo en el agua, si la temperatura es cálida. 3) Durante la noche ó al levantarse, lavarse todo el cuerpo con agua y vinagre, á fin de aumentar las fuerzas y producir un calor y una transpiración iguales. 4) Siendo bueno el tiempo, tomar cada día un medio baño; si la temperatura es fresca, no tomarlo más

que cada dos días. 5) Abstenerse absolutamente de la cerveza y del vino; tomar, por la mañana y por la noche, una sopa higiénica; acostumbrarse á una comida sencilla y sustanciosa.

Necesitó poco tiempo la niña para aficionarse á los paseos con los pies desnudos, que le aliviaban la cabeza. Las lociones le devolvieron la vida y el calor. Gustábanle, sobre todo, los medios baños, porque se sentía reconfortada. Se habituó bien pronto á la alimentación no acostumbrada; le volvió el apetito, y al que tiene hambre, todo le gusta. Se comprobó, después de seis semanas, que había hecho un género de vida poco razonable; pero las aplicaciones de agua y la alimentación apropiada, la restablecieron perfectamente.

2. Tisis dorsal.

Un hombre de treinta y dos años vino cojeando, apoyado en dos bastones, y me contó: «Sufro mucho hace cuatro años, y paso todos los trabajos del mundo para andar siquiera un poco con ayuda de las muletas. Tres médicos me han declarado que estoy atacado de tisis dorsal y que no pueden curarme. He empleado toda suerte de cosas y he tomado las aguas en diferentes sitios; pero mi estado ha empeorado, en vez de mejorar. Al presente pongo toda mi confianza en la hidroterapia; si el agua no me cura, tendré que resignarme á morir.»

Daba compasión ver á este enfermo; parecía realmente tener la tisis dorsal. Lo prescribí el tratamiento siguiente:

1.° Que se comience á administrarle una afusión superior y dos afusiones crurales por día, y á lavarle enérgicamente la espalda con mitad de agua y mitad de vinagre, una vez por día. Continuar así durante ocho.

2.° Después de los diez primeros días, recibirá dos afusiones superiores, dará un paseo en el agua,

y será rociado con una afusión crural. Continuar igualmente durante diez días.

3.° Luego, de nuevo durante diez días, afusión dorsal y medio baño de treinta segundos, una vez al día.

Después de estas aplicaciones pudo el enfermo andar derecho muy bien. La posición del cuerpo y el andar, estaban de nuevo en regla. Volvieron el sueño y el apetito.

Aplicaciones ulteriores: un día, afusión superior y afusión crural; el otro, medio baño. Al cabo de seis semanas, estas aplicaciones fueron reducidas á la mitad. No tardó en volver la salud completa.

¿Cuál fué el efecto de cada aplicación en particular? Las afusiones superiores fortalecieron y dieron calor á la parte superior del cuerpo, especialmente á la columna vertebral. Las afusiones crurales ejercieron la misma acción sobre las regiones inferiores. Las lociones de agua y vinagre produjeron calórico y corroboraron toda la medula espinal. Los medios baños obraron sobre el conjunto del organismo, de la misma manera que las demás aplicaciones influyeron sobre cada una de las partes.

El desdichado recobró la salud en el espacio de seis á ocho semanas.

3. Afección nerviosa.

Un joven profesor se quejaba de hemorroides, de agitación nerviosa en la cabeza, de sudor abundante en los pies. Sus orejas y sus labios estaban de un rojo vivo.

Aquí tenemos un caso en que los órganos de lo alto del cuerpo están irritados á consecuencia de un trabajo intelectual excesivamente asiduo, mientras que las partes inferiores del organismo están blandas y flojas, por efecto de la vida sedentaria. Hay que calmar las partes sobrexcitadas y reanimar las partes flojas.

Así: 1) Cada día, dos afusiones superiores par

calmar lo alto, y otras tantas afusiones crurales para reanimar lo bajo; continuar así durante tres días. Restablecido el equilibrio entre lo alto y lo bajo del cuerpo, será preciso: 2) Tratar de fortalecer el organismo entero por medio de la afusión superior, de la afusión dorsal y de la afusión crural. 3) Después de ocho días la acción del agua se extenderá á todo el cuerpo, y esto con ayuda del medio baño y de la afusión dorsal; continuar durante ocho días. 4) Después se obrará de nuevo sobre las partes individuales, para tonificar más lo alto del cuerpo por la afusión superior, lo bajo del cuerpo por la afusión de las rodillas y por el paseo en el agua, el abdomen por el baño de asiento: de modo que afusión superior, afusión de las rodillas, paseo en el agua y baño de asiento.

4. Ruina de las fuerzas físicas.

(Efecto del libertinaje.)

Un joven de rostro pálido y lívido, vino á quejarse: «He llevado una vida desarreglada, dijo; he destruído mi salud, he causado pena á mis padres y á mis hermanos y hermanas. ¡Cuántas veces me lo previnieron! Pero hice lo que el bebedor: buenos propósitos, pero nada de cumplirlos. Estoy desalentado, disgustado de todo. Mis fuerzas intelectuales y físicas se han perdido en gran parte. He consultado á muchos médicos, pero no siento mejoría. Mi sueño es malo, y no tengo apetito para reanimar mis fuerzas. A consecuencia de mis desórdenes, parezco un tísico con un pie ya en la tumba. ¿Puedo esperar aún?

Tratamiento: 1) Cada día, tomar una afusión superior, y dos veces estarse tranquilamente en el agua hasta la altura de las rodillas, durante un minuto. Continuar así una semana. 2) Luego, un día afusión crural y afusión superior; al otro, medio baño y paseo diario por las losas mojadas. Así du-

rante quince días. 3) Al interior, dos veces al día, lo que cabe en dos dedos de polvo blanco, y dos veces una dosis de quince gotas de ajenjo, de centaurea y de corazoncillo en ocho ó diez cucharadas de agua, para tomar en el espacio de media hora.

Al cabo de tres semanas, ya no quedaba que tomar más que tres medios baños por semana para adquirir la salud. El paseo en el agua entonó lo bajo del cuerpo, como las afusiones superiores habían corroborado lo alto; los medios baños habían fortalecido el organismo, y el extracto había ejercido una acción reconstituyente en el interior.

Un alumno de Universidad vino á buscar socorro y alivio á su enfermedad, que pintaba de este modo: «Me han extraviado las malas compañías, y por la vida disoluta y los excesos en la bebida he arruinado mi naturaleza hasta el punto de que no podré escapar, sin duda, á la tisis. Por las noches tengo sueños terribles, de los cuales me despierto temblándome todo el cuerpo. Ya no siento placer en el estudio, porque tan pronto como me pongo á estudiar, me duele la cabeza. A menudo me ataca la fiebre intermitente, y se me hincha mucho el vientre. Las manos y los pies los tengo habitualmente fríos. Mi estómago es muy malo. ¿Qué tengo que hacer para escapar á la tisis y á esta languidez mortal?»

Tratamiento: 1) Pasearse, desnudos los pies, al menos tres veces por día, en sitio mojado, durante quince ó veinte minutos (en invierno se puede hacer en las losas mojadas del lavadero). 2) Todos los días, dos afusiones superiores. 3) Cada dos días, aplicar sobre el abdomen un lienzo hecho dos dobleces empapado en mitad de agua y mitad de vinagre; tenerlo durante hora y media, pero volver á mojarlo después de cuarenta y cinco minutos. 4) Todos los días lo que cabe en dos dedos, de creta en polvo, y una taza de infusión de corazoncillo, de hinojo y de ajenjo, á tomar caliente ó fría, pero en tres

porciones. 5) Alimentación ordinaria, sopa de salud, nada de bebidas espirituosas.

Continuar así durante tres semanas. El enfermo sintió una mejoría considerable. Para afirmar la salud empleaba en adelante: cada semana, tres baños de asiento, para fortificar el abdomen, y tres medios baños de treinta á sesenta segundos.

VIII

ENFERMEDADES DE LOS OJOS

Debilidad de la vista.

Si todas las partes del cuerpo tienen su razón de ser, hay que decir que la vista es uno de los órganos más importantes. De aquí el proverbio que dice que es ser desgraciado haber perdido la vista. Como los ojos están en la cabeza, es de la cabeza de donde proviene ordinariamente su fuerza ó su debilidad. Si se tiene un cuerpo sano y vigoroso, se tiene también de ordinario buena y fuerte vista.

Un estudiante de veintiún años me cuenta: «Tengo una constitución bastante débil, pocas fuerzas y nunca buen apetito. He recibido una educación bastante floja. Pero lo que me atormenta más es que, á pesar de los lentes, siento que mi vista disminuye cadavez más. Temo quedarme ciego, si esto continúa un año... He consultado á un gran número de oculistas, que durante años han tratado y maltratado mis ojos, me han dado los más violentos venenos, y me han hecho sufrir enormemente, todo sin resultado.»

Cuando, al escuchar estas lamentaciones, se mi-

raba al joven, el juicio se imponía por sí mismo. Sus ojos estaban como su cuerpo, y su cuerpo como sus ojos; todo en un triste estado. El cuerpo había sido mal nutrido, debilitado por el vestido; la ausencia de todo medio de endurecimiento aumentaba el mal. ¡Cuán insensatos son á veces los padres con sus hijos!

Para curarle, ordené lo que sigue: 1) Todas las noches, loción entera, saliendo de la cama, para multiplicar el calor natural y estimular el organismo. 2) Cada día, afusión de las rodillas y afusión superior, para fortificar, animar y calentar. 3) Todas las mañanas y todas las noches, un poco de sopa higiénica, porque la naturaleza no soportaba mucha. 4) Alimentación sustanciosa, y prohibición absoluta de toda bebida espirituosa.

Al tercer día pudieron ser abandonados los lentes, porque los ojos soportaban ya el aire y la claridad.

Cuando iban ya tres semanas de este tratamiento, prescribí la afusión superior y la afusión de los muslos para un día, el medio baño para el otro, y se continuó así durante cuatro semanas.

En cuanto á los ojos, los hice lavar diariamente, á fin de purificarlos y fortalecerlos, con agua de miel (una cucharadita de miel mezclada á un cuarto de litro de agua y cocida durante tres minutos).

Al cabo de siete semanas, el joven tenía otro aspecto. Los ojos estaban ya bastante fuertes; creía no haber visto mejor nunca. Sintiendo refrescadas sus fuerzas intelectuales, encontraba de nuevo placer en vivir.

Una madre me trajo á su hija, de seis años, la que usaba unas gafas dignas de una abuela, que le habían sido recomendadas por un oculista. La niña, de una debilidad general bien pronunciada, tenía los ojos enrojecidos, la cabeza hinchada, los pies y las manos muy débiles. Todos los días le daban dos veces café, y algunas cerveza; el médico quería que

le dieran, en pequeñas cantidades, ¡vino confortante!

Con este régimen la pobrecita, ya muy débil por naturaleza, se vió reducida á la mayor debilidad. Se trataba, pues, de tomar un partido; correr á la ruina ó bien cambiar de régimen.

Durante una semana, la niña debió ser lavada dos veces al día con agua fría mezclada con un poco vinagre; pasearse diariamente, desnudos los pies, al aire libre; comer dos veces al día sopa de salud, y tomar todos los días un medio baño. En los días en que tomaba el medio baño, se contentaba con una sola loción.

Al cabo de pocos días la niña tenía el mejor apetito, comiendo con placer la sopa de salud y otros alimentos sustanciosos. Durante los dos días primeros no podía pasarse sin las gafas, que fueron abandonadas al cuarto. Se le lavaba los ojos tres veces al día con agua de alumbre poco fuerte (de ésta, lo que cabe en dos dedos, disuelto en un cuarto de litro de agua caliente). Notad que no basta lavar los párpados por fuera solamente; es preciso que el agua oftálmica éntre en el mismo ojo.

Después de seis semanas estaba acabado el tratamiento principal. La facultad visual se encontraba ya en bastante buen estado. Los ojos soportaban el aire y la luz, y mejoraban á medida que el organismo se fortalecía.

IX

ENFERMEDADES DE LOS PULMONES

Y DE LOS BRONQUIOS

Tisis pulmonar.

Una señorita de diecinueve años me contaba: «Tres de mis hermanas han muerto tísicas, y yo temo ser víctima de la misma enfermedad. Verdad es que no toso, pero me siento á menudo tan fatigada, que casi no puedo trabajar. Mi estado moral también sufre; estoy muy abatida. Raramente tengo apetito; con poca cosa estoy harta; no soporto alimentos sustanciosos. Como vos no me salvéis, señor cura, estoy perdida.»

Este relato me hizo ver fácilmente que el organismo no crecía, que no llegaba á su completo desarrollo, y que comenzaba á deteriorarse en medio del crecimiento. Si no se ponía fin á este estado de cosas, vendría realmente la tisis.

Había que tratar de fortalecer el cuerpo en el interior y en el exterior. Un organismo tan débil, no era capaz de utilizar los buenos elementos de la nutrición.

Tratamiento: 1) Para el exterior, todos los días, afusiones superiores, comenzando con un solo jarro de agua y llegando poco á poco hasta cinco ó seis; paseo diario en el agua durante uno ó hasta tres minutos; todas las noches, un baño de asiento de un minuto. 2) Por mañana y noche, todos los días, una sopa de salud, poco salada; á medio día, una alimentación sana y reparadora, con preferencia harinos, hechos de harina natural; durante el día, siem-

pre que el apetito se dejara sentir, un poco de leche (no mucha) con pan ordinario.

Continuar así durante dos ó tres semanas. Después de esto: 1) Todos los días, un medio baño de treinta segundos. 2) Todas las mañanas, paseo en el agua hasta la altura de las rodillas, durante tres minutos. 3) Todos los días, dos afusiones superiores. Para afirmar la salud, tomar, durante cierto tiempo todavía, dos ó hasta cuatro medios baños por semana.

La afusión de las rodillas y el paseo en el agua tienen una acción vivificante y tónica, y alejan los elementos morbosos. La afusión superior fortifica lo alto del cuerpo. El baño de asiento corrobora el abdomen. El medio baño reconforta todo el organismo.

Al cabo de seis semanas, toda aquella naturaleza se encontraba tan bien transformada, que todos los signos de la tisis habían desaparecido, y la joven sentía de nuevo placer en vivir y en trabajar. Hubo que seguir tomando, mucho tiempo aún, dos ó cuatro medios baños por semana.

El hijo de un campesino, de edad de veintiséis años, vino á decirme: «Desde hace seis meses tengo una fuerte tos, y arrojo sin cesar muchos esputos viscosos. La gente pretende que estoy enfermo del pecho, y el médico mismo lo cree.»

Los rasgos del enfermo estaban un poco ajados; el aspecto no era bueno. Su estado era tal, que hubo que purificar todo lo alto del cuerpo de las materias viscosas, para que la salud pudiera volver por sí misma. A este efecto:

1) Todos los días, dos afusiones superiores, un paseo en el agua, una afusión de rodillas. 2) El tercer día, una afusión dorsal y un medio baño. 3) El quinto día, un baño entero.

Después de esto, declaró el enfermo que se encontraba bien, mejor que nunca. Había expulsado una masa de esputos viscosos, y limpiado así su pecho.

La afusión superior había ayudado á la naturaleza á evacuar todas las superfluidades de los bronquios, de los pulmones, del pecho. Las afusiones de las rodillas habían impedido afluir demasiado en lo alto del cuerpo, vivificando y fortaleciendo las piernas. La afusión dorsal, el medio baño, el baño entero, habían corroborado todo el organismo y favorecido la eliminación de los elementos malsanos del bajo vientre.

X

ENFERMEDADES DEL ESTÓMAGO

Abscesos.

Una madre de familia se quejaba como sigue:

«Sufro mucho; los médicos dicen que tengo abscesos en el estómago, lo que es muy creíble, puesto que en la cara hay trazas de erupción bastante considerables. De cuando en cuando aparecen grandes manchas sobre toda la superficie del cuerpo, y el picor de la piel es tan vivo, que casi me desuello. Aunque mi rostro está encarnado, estoy, sin embargo muy delgada.»

Esta mujer tenía impureza en la sangre y en los humores. Había, pues, ante todo, que tratar de purificar la sangre y los humores, así como limpiar la piel y estimular el funcionamiento. Esta enfermedad podrá ser curada por los medios siguientes:

1) En el exterior: Todas las noches, lavar todo el cuerpo con agua y vinagre, y todos los días aplicar sobre el bajo vientre un lienzo hecho cuatro dobleces y empapado en un cocimiento de flores de heno, compresa que, estando aplicada durante hora

y media, elimina los elementos morbosos y mejora el estado de todo el abdomen.

2) En el interior: Todos los días, una taza de infusión de cola de caballo y de diez á doce granos de enebro, machacados, todo cocido durante diez minutos y repartido en tres porciones; al desayuno, una sopa de salud; durante la mañana, una cucharada de leche por hora; desde el medio día á la noche, una cucharada de agua por hora para arreglar las deposiciones que no pudieron ser hechas más que por medio de una medicina enérgica.

Este tratamiento, seguido durante quince días, tuvo un excelente resultado en todos conceptos. Las aplicaciones ulteriores fueron: 1) Una afusión superior y una afusión crural por día. 2) Dos medios baños por semana.

Bastaron cinco semanas para restablecer á la enferma. Después, para afirmar más sus fuerzas, tomó por semana dos lociones de noche y tres medios baños. Hizo esto durante tres semanas, y luego se contentó con dos ó tres medios baños en el mismo espacio de tiempo.

La erupción á la cara y sobre toda la superficie del cuerpo, desapareció; la piel se puso lisa y limpia; las deposiciones fueron regulares, y la orina, que había sido siempre roja, tuvo el color que tiene en las personas sanas.

Otro medio de curar los abscesos del estómago, es el árnica. Si esta planta cura los abscesos en el exterior y aleja los principios morbosos, ¿por qué no había de tener un efecto terapéutico sobre los abscesos en el interior del cuerpo, en particular sobre los abscesos del estómago? No hay que decir que hay que atenuar considerablemente la tintura de árnica.

Isidoro tenía, hacía meses, el estómago enfermo, y los médicos pretendían que eran inflamaciones y abscesos provocados en el estómago por ciertas me-

dicinas. Tomó entonces diariamente de 50 á 60 gotas de tintura de árnica en un cuarto de litro de agua, repartiendo la poción en pequeñas dosis en todo el día. Pronto experimentó el buen efecto; fué prudente en la elección de alimentos, y puso en breve el estómago en buen estado.

XI

ENFERMEDADES DEL CANAL INTESTINAL

Y DE LAS PARTES ACCESORIAS

1. Atascamiento general.

Una criada, de cuarenta y dos años de edad, experimentaba gran fatiga y abatimiento; tenía el aspecto muy enfermo, los rasgos marchitos, las mejillas hundidas, la respiración penosa. Bostezaba á menudo y escupía mucho, pero los esputos no eran más que flemas. Sus ocupaciones ordinarias, que antes había cumplido bien, ahora le pesaban enormemente. Su cuerpo estaba muy hinchado; pesábanle los pies como plomo, y se negaba á todo servicio. En una palabra: esta persona no estaba enferma á los ojos del mundo, y, sin embargo, sufría mucho. ¿Cómo socorrerla?

En su perplejidad y en el temor de ponerse enferma, á la pobre mujer se le había ocurrido beber una porción de té, hecho de granos de enebro, que tuvo por efecto expulsar una buena cantidad de agua y de procurarle así un gran alivio. Este té, por lo demás, indicaba el tratamiento á aplicar:

1) Tres veces por semana el medio fajamiento, cada vez durante hora y media. 2) Todas las noches, una

loción total de agua y vinagre, fuera de la cama.

Los fajamientos tuvieron una virtud de resolución y de absorción, mientras que las lociones obraron sobre todo el cuerpo, de suerte que la eliminación á través de los poros fué abundante.

Quince días bastaron para transformar la tez y toda la persona. Arrojaba mucha orina y transpiraba muchas veces con bastante fuerza durante la noche. Volvieron el apetito y el sueño, y bien pronto la criada pudo emprender otra vez su servicio.

Para afirmar la salud y precaverse de las recaídas, se acostumbró á tomar, por semana, dos ó tres medios baños de treinta segundos cada uno.

2. Accidentes de la nutrición defectuosa.

Una madre me trajo á su hijo de ocho años. El pobre niño tenía el aire muy triste, sin ánimos, sin vida, sin alegría, sin crecimiento. Tuve en seguida la idea de saber de qué manera estaba nutrido, y he aquí lo que supe: «Toma café por la mañana y por la noche, me dijo la madre, á medio día un poco de carne con una pequeña porción de legumbres y un vaso de cerveza. No quiere ni sopa ni leche, nada de lo que comemos de ordinario. No crece; tiene á menudo los ojos encarnados é inflamados, y se queja frecuentemente de la cabeza.»

El niño estaba poco alimentado. Lo que comía en el almuerzo y en la cena, era arrojado, más ó menos digerido, de tal modo, que su organismo no sacaba más que la excitación del café. El vaso de cerveza, á mediodía, no encierra casi ázoe: estimulaba al pobre niño, pero no lo nutría suficientemente. ¿Cómo queréis que una naturaleza tan débil, con tan pocos jugos gástricos, pudiera digerir la carne?

Fué preciso que, por la mañana hasta medio día, tomara una cucharada de leche cada hora; en el almuerzo al menos cinco ó seis cucharadas de panatela; en la comida un alimento ordinario sustancioso,

no irritante, legumbres nutritivas, cocido con su carne correspondiente; desde medio día hasta la noche, de hora en hora una cucharada de agua, ó, lo que es mejor, mitad de agua mitad de leche; en fin, para cenar, una sopa de salud.

Aplicaciones de agua: Todos los días, loción total con agua y vinagre; cada tres días, camisa empapada en agua con un poco de vinagre.

Al cabo de tres semanas, el niño estaba acostumbrado á la alimentación prescrita, su color había cambiado y vuelto la alegría.

¿Cuál fué el efecto de este tratamiento? La leche daba muchos elementos nutritivos; la sopa de la mañana y de la noche igualmente alimentaban bien, así como la comida del medio día; la cucharada de agua mezclada con leche, refrescaba, nutría, aumentaba el jugo gástrico. Las lociones ejercían una acción tónica y vivificante; la camisa mojada eliminaba del cuerpo las sustancias morbosas, abría los poros y provocaba la transpiración uniforme.

Antes de que pasaran tres semanas, el niño soportaba la sopa higiénica, que recibía mañana y noche, y en el curso del día encontraba gusto al pan casero. La comida podia ser muy sencilla. A partir de aquí, recibía la loción total, y el medio baño de treinta segundos, un día la una y otro día el otro. Seis semanas de esta cura lo metamorfosearon; cuerpo y espíritu fueron lo que debían ser en un niño de ocho años.

3. Consecuencias de la peritonitis.

El hijo de un campesino tuvo, á la edad de veintiún años, la peritonitis dos veces en el mismo año. Curó las dos veces, pero, á consecuencia de ella, sufría habitualmente más ó menos y experimentaba dificultades para expulsar la orina. Los dolores se acentuaban cuando la temperatura era desfavorable ó cuando no recibía el alimento apropiado á sus órganos debilitados. Todos los alimentos pesados le pro-

ducían dolores, y, lo que le faltaba especialmente, era la regularidad de las evacuaciones. Su exterior decía á todo el mundo: este hombre está enfermo.

¿Cómo hacer para curar aquel resto de enfermedad, que era una enfermedad por sí mismo? Es cierto que los elementos alterados por la inflamación, no habían sido eliminados; que el bajo vientre, en su conjunto, estaba fatigado; que existía una gran atonía en el organismo. Prescribí: 1) En la primera semana, tres medios fajamientos, empapados en un líquido en el que se hace cocer paja de avena durante media hora. 2) Todos los días, un baño de asiento frío de un minuto. 3) Todos los días, una loción total del cuerpo con agua avinagrada. 4) Todas las mañanas y todas las noches, una sopa de salud; á medio día, alimentación sustanciosa, pero fácil de digerir; desde el desayuno hasta mediodía, á cada hora una cucharada de leche; desde medio día hasta la noche, una cucharada de agua fresca á cada hora.

Bastaron dos semanas para curar á este enfermo. En el porvenir no necesitó más que uno ó dos medios baños por semana.

Los fajamientos resolvieron las materias morbosas y purificaron la naturaleza. La leche aumentó la masa de la sangre. El agua provocó las evacuaciones. Los medios baños, indicados para el porvenir, acabaron la curación y devolvieron al cuerpo todo su vigor.

Afección abdominal.

Una persona de veintiocho años me cuenta: «Estoy enfermo hace seis meses, y mi estado empeora sin cesar. El médico que me ha examinado, ha declarado que hay muchas excrecencias en el bajo vientre, y que no se las puede alejar más que por una operación. Pero temo tanto las operaciones, que no puedo resolverme á ella. Prefiero, pues, ensayar la cura de agua.

Le dí el consejo siguiente: 1) Ponerse, dos veces

por semana, un medio fajamiento empapado en un cocimiento de flores de heno. 2) Tomar, todos los días, una afusión superior y una afusión crural. 3) Cada tres días, un medio baño. 4) Todos los días, una taza de infusión de corazoncillo, de hinojo y de hierba de San Juan.

Hizo esto durante quince días, y he aquí cuál fué el resultado: la orina arrastró afuera una masa de mucosidades; se declaró dos veces una diarrea abundante; el abdomen entró en su estado normal, y volvieron el apetito y el sueño.

Ulteriormente, empleó aún durante dos semanas: dos medios baños y una afusión superior por día. Los medios baños tonificaron el conjunto del cuerpo, y la afusión superior corroboró lo alto.

Una joven de veintiún años se quejaba de violentos dolores de cabeza, de gran aflujo de sangre al cerebro, de frecuente dolor de vientre, de frío casi continuo en los pies, de falta de apetito y de sueño. Estaba inútil para todo. Había tomado ya muchos medicamentos sin ningún resultado.

Reconocí, á primera vista, que aquella joven había usado corsé, ó, de otro modo, que había apretado demasiado el talle. No quiso confesarlo, y su misma madre tomó su defensa. Finalmente, el padre lo confesó y ordenó á su hija que se vistiera de una manera apropiada; pues de otro modo, andaría listo el palo... Esta amenaza hizo efecto.

La opresión del talle hace imposible la circulación regular de la sangre. La onda sanguínea, que va á las extremidades, no puede volver fácilmente al corazón; lo mismo sucede para lo alto del cuerpo. Cuando el tronco de la joven se encontró en estado natural, la sangre volvió á circular libremente; un medio baño diario facilitó la marcha uniforme. Al poco tiempo la enferma estaba bien.

XII

ENFERMEDADES DE LA VEJIGA

1. Calambre vejigal.

Una joven de veinticuatro años sufría, hacía meses, calambres en el abdomen y la vejiga; los atroces dolores le arrancaban algunas veces gritos. Ya muchas veces se había visto obligada á recurrir á la sonda para hacer correr la orina. El cuerpo estaba muy hinchado, y había también dolores en los riñones. Un médico le dijo que estaban perdidos todos sus órganos abdominales.

¿Qué medios había para curar á esta enferma? Fué preciso, ante todo, pensar en resolver y atraer afuera todas las materias viciadas por una detención tan larga en el cuerpo. Se consigue mejor este resultado aplicando, desde los sobacos hasta las rodillas, una faja empapada en un cocimiento de flores de heno caliente. Hay también que aplicar las flores de heno en el vientre desnudo, sobre todo en las partes dolientes, de manera que todo el abdomen esté rodeado y envuelto en flores de heno abiertas, dejándolas hora y media ó dos horas. Este fajamiento puede ser aplicado tres días seguidos, y luego una vez sólo cada tres ó cuatro días.

Al lado de esto, es bueno tonificar el organismo con la loción diaria de agua avinagrada, y con el medio baño diario de treinta segundos de duración.

Al interior, se usa el té de simiente de alholva y de hinojo; cada día, una taza repartida en tres porciones.

Si los fajamientos tienen la misión de resolver y de eliminar, las lociones frías impiden al cuerpo ha-

cerse demasiado blando, y provocan la secreción igual en toda la superficie cutánea. El té, por su parte, produce la resolución en el interior y la evacuación de las superfluidades, mientras que el hinojo tiende á mejorar el estómago.

La enferma se restableció en quince días. Para conservar y consolidar la salud mejor, debió tomar en el porvenir: 1) Dos baños por semana. 2) Un baño de asiento todos los días. 3) Todos los días, una taza de té de ajenjo y de cola de caballo.

2. Cálculos y piedra.

Un extranjero cuenta: «Acabo de andar doscientas leguas para llegar hasta vos, señor cura. Tengo tal opresión en el pecho, que á veces apenas puedo respirar. A menudo mi bajo vientre está tan hinchado, que me parece que voy á estallar. No descanso ni de día ni de noche. Como mi tez es amarilla, algunos médicos han supuesto que estoy enfermo del pecho y del hígado, y que también están atacados los riñones. He estado en Carlsbad y he tomado las aguas también en otras partes, sin resultado siempre. He recibido veintisiete baños muy calientes, que me han puesto peor, porque desde entonces estoy lleno de catarros. Si no me cura el agua fría, estoy perdido seguramente.»

Tratamiento: 1) Cada día, dos afusiones superiores, una afusión dorsal y una afusión crural. Hechas estas aplicaciones, tres días seguidos, á fin de tonificar el organismo y hacerlo apto para contribuir á la curación, prescribí: 2) Una afusión superior por día. 3) Un medio fajamiento por día. 4) Una afusión dorsal por día.

Estas aplicaciones fueron practicadas durante ocho días. Luego, tres seguidos, un medio fajamiento empapado en un cocimiento de flores de heno. A esta envoltura, cada vez por espacio de hora y media, se añadían diariamente un medio baño y una afusión dorsal.

El efecto de este tratamiento fué que, desde las primeras aplicaciones, la orina salía en cantidades extraordinarias, después venían arena y piedrecillas, y la orina estaba mezclada con tantas impurezas y mucosidades, que el enfermo desesperaba de curar, puesto que tenía en su cuerpo una masa tan enorme de suciedades.

Añadamos que tomaba, todos los días, una taza de tisana, hecha al principio con flores de endrina, de hierba de San Juan y de corazoncillo. Después fué una infusión de cola de caballo y de granos de enebro que expulsó muchas piedras y arenas. En tercer lugar recibía un té de hierba de San Juan de salvia y de trébol, para mejorar la digestión y la sangre.

La cura duró seis semanas. Muy contento con su curación, el buen hombre dijo al salir de mi casa: «Mi cabeza está más despejada que nunca, no siento nada en el pecho, mi abdomen está de nuevo en regla; tengo un hermoso apetito y un sueño excelente. ¡Qué feliz me hace, volver á mi país con una salud tan perfecta!

FIN

INDICE

TERCERA PARTE

Enfermedades.

Páginas.

Nociones preliminares..... 9

I. Enfermedades de los huesos.

1. Caries de los huesos..... 11
2. Exóstosis..... 13
3. Columna vertebral..... 14
4. Raquitis..... 15

II. Enfermedades de las articulaciones.

1. Reumatismo articular..... 17
2. Gota..... 25
3. Tumor blanco de la rodilla..... 33

III. Enfermedades de los músculos.

Reumatismo muscular..... 35

IV. Enfermedades del tejido celular.

1. Inflamación en general..... 45
2. Aasceso..... 48
3. Panadizo..... 50
4. Cáncer..... 53
5. Hidropesía..... 56

Páginas

V. Enfermedades de la piel

1. Sudor 63
A. *Sudor fétido en los pies* 63
B. *Sudor malsano* 65
C. *Sudor abundante* 67
2. Erupciones de la piel 70
3. Escarlatina 73
4. Erisipela 77
5. Empeines ó herpétides 82
6. Eczema herpético del cuero cabelludo 87
7. Viruela 87
8. Vacuna (accidentes de la) 93
9. Sarna 95
10. Quemaduras 98
11. Úlceras de los pies y de las piernas 101

VI. Enfermedades de la sangre.

1. Anemia y clorosis 113
Anemia de un niño 116
2. Hemorragia 117
A. *Escupir y vomitar sangre* 117
B. *Sangre por la nariz* 118
C. *Hemorragia uterina* 121
3. Infección purulenta 122
4. Escorbuto y pyemía 126
5. Consunción 128
6. Adinamia ó resolución de fuerzas 132

VII. Enfermedades del cerebro y de sus cubiertas.

1. Inflamación de cerebro 135
2. Congestiones 137
3. Arrebatos 140
4. Apoplejía 141
5. Dolor de cabeza 147
6. Cefalalgia nerviosa 152
7. Jaqueca 155
8. Vértigo 157
9. Epilepsia (mal caduco) 161
10. Baile de San Vito 163
11. *Delirium tremens* (locura alcohólica) 164
12. Enejenación mental 165

Páginas.

VIII Enfermedades de los nervios y cerebro espinales.

1. Irritabilidad nerviosa..... 175
2. Astenia (debilidad de los nervios)..... 179
3. Ciática..... 182
4. Insomnio..... 184

IX. Enfermedades del sistema nervioso-ganglionar ó gran simpático.

1. Fiebre..... 189
2. Cólera..... 190
3. Colerina..... 193

X. Enfermedades de los ojos.

1. Oftalmía catarral..... 195
2. Cataratas..... 201

XI. Enfermedades de los oídos.

1. Sordera..... 205
2. Zumbidos de oídos..... 207

XII. Enfermedades de la nariz y de las fosas nasales.

Enfermedades de estos órganos..... 209

XIII. Enfermedades de la laringe.

1. Ronquera..... 213
2. Afonía..... 214

XIV. Enfermedades de la garganta.

1. Angina gutural..... 225
2. Angina lardácea..... 228
3. Difteria..... 229

XV. Enfermedades de los bronquios y de los pulmones.

1. Bronquitis..... 233
2. Influenza..... 234

Páginas.

3. Fluxión ó congestión pulmonar..... 236
4. Tisis..... 242
5. Enfisema pulmonar..... 251
6. Asma..... 255

XVI. Enfermedades del corazón.

Enfermedades de esta víscera..... 257

XVII. Enfermedades del estómago.

1. Gastralgia..... 267
2. Acedia..... 273
3. Catarro gástrico..... 276
4. Calambres del estómago..... 278

XVIII. Enfermedades de los intestinos y sus accesorios.

1. Cólicos..... 281
2. Diarrea..... 283
3. Estreñimiento..... 288
4. Disentería..... 295
5. Hemorroides..... 296
6. Fiebre mucosa..... 301
7. Tifus..... 302
8. Gusanos intestinales..... 310
9. Hernias..... 311
10. Partos..... 317

XIX. Enfermedades del hígado.

1. Ictericia..... 319
2. Hipocondría..... 321
3. Melancolía..... 324

XX. Enfermedades de los riñones.

Enfermedades de estos órganos..... 327

XXI. Enfermedades de la vejiga.

1. Catarro de la vejiga..... 331
2. Neuralgia de la vejiga..... 333
3. Retención de orina..... 334
4. Incontinencia de orina..... 340
5. Cálculos y piedra..... 341

APÉNDICE

NUEVAS ENFERMEDADES Y NUEVOS CASOS PRÁCTICOS

I. Enfermedades de los huesos.

	Páginas.
Raquitismo	349

II. Enfermedades de las articulaciones.

1. Gota	351
2. Tumor en la rodilla	352

III. Enfermedades de los músculos.

1. Dolores lumbares	353
2. Afección del diafragma	354
3. Atrofia muscular	355

IV. Enfermedades del tejido celular.

1. Obesidad	358
2. Hidropesía	360
3. Heridas y contusiones	360
4. Mordeduras y picaduras	363
5. Baño involuntario	365

V. Enfermedades de la piel

1. Fiebres eruptivas	365
2. Sudor de pies	370

VI. Enfermedades de la sangre.

1. Circulación de la sangre	371
5. Anemia	374
3. Obstrucciones de la sangre	378
4. Esputo de sangre	381
5. Pérdidas de sangre	381
6. Escrófulas	382
7. Atonía de los niños	385

Páginas.

VII Enfermedades del sistema nervioso.

1. Epilepsia..... 387
2. Tisis dorsal..... 388
3. Afección nerviosa..... 389
4. Ruina de las fuerzas físicas. (Efectos del libertinaje)..... 390

VIII. Enfermedades de los ojos.

Debilidad de la vista..... 392

IX. Enfermedades de los pulmones y de los bronquios.

Tisis pulmonar..... 395

X. Enfermedades del estómago.

Abscesos..... 397

XI. Enfermedades del canal intestinal y de las partes accesorias.

1. Atascamiento general..... 399
2. Accidentes de la nutrición defectuosa..... 400
3. Consecuencias de la peritonitis..... 401
4. Afección abdominal..... 402

XII. Enfermedades de la vejiga.

1. Calambre vejigal..... 404
2. Cálculos y piedra..... 405

OBRA COMPLETA

SEBASTIÁN KNEIPP

MI CURA DE AGUA

HIGIENE Y MEDICINA PARA LA CURACIÓN DE LAS ENFERMEDADES Y LA CONSERVACIÓN DE LA SALUD

PRIMERA PARTE

APLICACIONES DEL AGUA

SEGUNDA PARTE

FARMACIA-REMEDIOS

TERCERA PARTE

ENFERMEDADES

APÉNDICE

NUEVAS ENFERMEDADES Y NUEVOS CASOS PRÁCTICOS

Versión castellana con una carta-prólogo de

D. FRANCISCO SERRANO DE LA PEDROSA

LICENCIADO EN MEDICINA

Dos lujosos tomos en 8.º con más de 640 páginas, numerosas ilustraciones y el retrato del autor,

6 PESETAS

Recomendamos muy eficazmente á todo el mundo la adquisición de esta obra, tan indispensable al enfermo como al que está bueno, tan útil y necesaria para el pobre como para el rico, pues los procedimientos higiénicos é hidroterápicos que aconseja y practica el autor en su célebre *Sanatorium* de Wœrishofen, deben ser observados y practicados por toda persona, joven ó vieja: el enfermo, para sanar, y el que goza de buena salud, para conservarla y prevenirse contra cualquier padecimiento.

El tratamiento y método empleados por el padre Kneipp tienen la inmensa ventaja de que cada individuo de por sí puede practicarlos en su casa sin necesidad de gasto alguno.

Pídase siempre la EDICION LOPEZ, ilustrada y adicionada con un APÉNDICE.

E. RUBIÑOS IMPRESOR

BIBLIOTECA CENTRAL
61-8º
1652

DIPUTACIÓN PROVINCIAL
DE BARCELONA

BIBLIOTECA CENTRAL

BIBLIOTECA DE CATALUNYA
1001912273

275.332
15.83
Kne.